อนุสรณ์

ฌาปนกิจศพ

คุณแม่องุ่น วรรธนะภูติ

วัดมกุฏกษัตริยาราม

วันอาทิตย์ ที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๒๔

อนุสรณ์

ฌาปนกิจศพ

คุณแม่องุ่น วรรธนะภูติ

วัดมกุฏกษัตริยาราม

วันอาทิตย์ ที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๒๔





นางองุ่น วรรธนะภูติ

ชาตะ ๑๑ กรกฎาคม ๒๔๕๖

มรณะ ๒๒ สิงหาคม ๒๕๒๑



ลูก และ หลานๆ



หลานๆ

คุณแม่องุ่น วรรธนะภูติ

แม่เป็นบุตรของคุณตาอู๋ และคุณยายแถม โน้มน้าวผล ซึ่งเป็นคนอำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา แต่แม่เกิดที่ตำบลสวนหลวง อำเภอปทุมวัน จังหวัดพระนคร เมื่อวันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๔๕๖ มีพี่น้องทั้งหมด ๓ คน

๑. นางองุ่น วรรธนะภูติ

๒. นางชะเอม เวศม์วิบูลย์ (มีชีวิตอยู่)

๓. นางเพิ่ม เทพหัสดิน ณ อยุธยา (มีชีวิตอยู่)

ในเยาว์วัยแม่เรียนหนังสืออยู่กับโรงเรียนข้างบ้าน มีความรู้เทียบได้ในปัจจุบันชั้นประถมปีที่ ๔ แต่แม่เป็นคนชอบค้นคว้าหาความรู้ ชอบอ่านหนังสือ จึงเป็นคนที่อ่านหนังสือเก่งและมีความรู้รอบตัวดีมาก เมื่อโตขึ้นในสมัยนั้นไม่นิยมให้บุตรหลานเรียนหนังสือ แม่ได้ออกมาช่วยคุณยายค้าขาย เมื่อคุณตาอู๋เสียชีวิต คุณยายต้องมาค้าขายที่กรุงเทพฯ แม่และน้า ๆ ได้มาอยู่ด้วยที่ตำบลสวนหลวง อำเภอปทุมวัน ในระยะนี้แม่ได้ทำการสมรสกับ นายบุญธรรม วรรธนะภูติ ซึ่งทำงานเป็นพนักงานเดินรถของการรถไฟแห่งประเทศไทยและได้ย้ายไปอยู่ที่สถานีรถไฟบ้านภาชี สถานีรถไฟบ้านหมี่ และ

มีลูกชาย ๑ คน คือ ร.ต. ปฐม วรรธนะภูติ ซึ่งปัจจุบันรับราชการในตำแหน่งผู้ช่วยผู้อำนวยการกองราชการส่วนท้องถิ่น ได้สมรสกับนางจันทร์ศรี วรรธนะภูติ มีบุตรชาย ๓ คน คือ นายณัฐพล นายณัฐวุฒิ และ นายปัจจัย วรรธนะภูติ หลังจากที่มีลูกชาย ๑ คนแล้ว แม่ได้ย้ายติดตามพ่อไปอยู่ที่จังหวัดชุมพร ซึ่งขณะนั้นลูกชายอายุ ๖ ขวบ และได้หย่าร้างกับพ่อ

แม่เป็นบุคคลที่มีทิฐิมานะมาก ได้นำลูกมาฝากน้อง (นางชะเอม เวศม์วิบูลย์) และได้ขึ้นไปอยู่กับน้องสาว (นางเพิ่ม เทพหัสดิน ณ อยุธยา) ที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้ทำการค้าขายส่งผลไม้และส่งเงินให้ลูกเรียนหนังสือจนจบมัธยมปีที่ ๖ แม่ได้ย้ายติดตามครอบครัวของน้องสาวมาอยู่ที่กรุงเทพ ฯ (เทเวศม์ ซอย ๑) ประกอบการค้าขาย ตั้งร้านชื่อ "เพิ่มมิตร" อยู่ปากซอย ๑ เทเวศม์ จนกระทั่งลูกเรียนจบมัธยมปีที่ ๘ และได้เรียนต่อมหาวิทยาลัยจบได้ปริญญารัฐศาสตร์บัณฑิตจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

โดยทั่ว ๆ ไป แม่เป็นคนแข็งแรง สุขภาพดี มีจิตใจโอบอ้อมอารี และชอบช่วยเหลือคนที่ตกทุกข์ได้ยาก หมั่นทำบุญอยู่เสมอ ๆ ในระหว่างที่ทำการค้าอยู่ที่ร้านเพิ่มมิตรนั้น จำได้ว่าแม่ทำงานหนักมาก กลางคืนเข้านอนเกือบ ๕ ทุ่มทุกวันและตื่นนอนตี ๔ เพื่อเตรียมไป

ตลาดซื้อของมาเข้าร้าน และเมื่อกลับมาถึงร้านแล้วต้องควบคุมเด็กทำอาหาร และบางอย่างก็ลงมือเอง แม่ได้ปฏิบัติเช่นนี้เป็นประจำเกือบ ๑๕ ปี ซึ่งเป็นมูลเหตุอย่างหนึ่งที่ทำให้แม่สุขภาพทรุดโทรมลงอย่างรวดเร็ว

ตามที่กล่าวแล้วว่า แม่เป็นคนชอบอ่านหนังสือมาก จำได้ว่าทุกวันก่อนเข้านอน ทั้งๆ ที่เหนื่อยงานมาทั้งวัน แม่ต้องอ่านหนังสือก่อนนอนเสมอ แม่จึงเป็นคนมีความคิดกว้างขวางและก้าวไปไกล กล่าวคือเมื่อลูกได้รับพระราชทานปริญญาตรีทางรัฐศาสตร์จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ แม่ได้ไปร่วมในงานพิธีพระราชทานปริญญาและแสดงความยินดีกับลูก สิ่งที่แม่กล่าวกับลูกคำแรก "แม่ดีใจด้วยแต่แม่จะดีใจมากขึ้นอีกถ้าลูกได้รับปริญญาโท" ซึ่งลูกก็ได้ตอบสนองความตั้งใจของแม่ โดยได้ใช้เวลาว่างจากการทำงานไปศึกษาปริญญาโททางรัฐศาสตร์ และได้รับปริญญารัฐศาสตร์มหาบัณฑิตในปี พ.ศ. ๒๕๑๑ ซึ่งแม่ได้ไปร่วมในพิธีรับพระราชทานปริญญากับลูกด้วยและได้ไปถ่ายรูปร่วมกัน ๒ คนแม่ลูกที่ร้านจิตรกร เป็นภาพที่ระลึกของลูกอยู่ทุกวันนี้ ในปี ๒๕๑๓ ลูกได้รับทุนไปทำปริญญาโทที่สหรัฐอเมริกา ได้มาบอกแม่ที่บ้านซึ่งขณะนั้นกำลังทำอาหารอยู่ ลูกจำได้ว่าแม่ดีใจมาก ได้เข้ามาโอบหลังลูกและกล่าวว่า "แม่ดีใจที่สุดในชีวิต ความพยายามของแม่ที่เหนื่อยยากได้สำเร็จลงแล้ว" ซึ่งลูกได้

ทำปริญญาโทรัฐประศาสนศาสตร์ จากมหาวิทยาลัย เซ้าเทอนแคลิฟอร์เนียสหรัฐอเมริกา สำเร็จกลับมาเมืองไทยเมื่อปลายปี ๒๕๑๕ แม่ไปรับที่สนามบินและดีใจมาก ภาพนี้ยังอยู่ในความทรงจำของลูกอยู่เสมอ

แม่เป็นคนจริงจังเมื่อตั้งใจจะทำอะไรแล้วต้องทำให้ได้ และเป็นคนกล้าได้กล้าเสีย กล้าเสี่ยงในการดำเนินกิจการอย่างรอบคอบด้วยความตั้งใจและมีนิสัยเช่นนี้ จึงกล้าลงทุนตั้งร้านทั้ง ๆ ที่มีเงินไม่พอ แต่ด้วยความอุตสาหะ วิริยะ และการคาดการณ์ได้ถูกต้องทำให้ครอบครัวของเรามีความเป็นปึกแผ่นมาจนทุกวันนี้ ซึ่งเป็นการทำให้คนรุ่นหลังสบาย แต่แม่กลับล้มเจ็บและเริ่มสุขภาพไม่ดี

ในปี ๒๕๑๓ หลังจากที่กิจการค้าเป็นปึกแผ่น แม่และน้า ๆ ได้ย้ายมาอยู่ที่ซอยภาวนา ลาดพร้าว กทม. ในที่น้าได้ซื้อไว้ แต่ยังดำเนินกิจการที่ร้านอยู่ ในขณะนี้แม่สุขภาพเริ่มเลวลงอย่างเห็นได้ชัด กล่าวคือเหนื่อยง่ายและตกเย็นต้องรีบกลับบ้านมานอนพักผ่อนทันที

แม่เป็นคุณย่าที่รักและเป็นห่วงหลาน ๆ มากที่สุดคนหนึ่ง กิจกรรมประจำวันของแม่ก่อนไปตลาดในเช้ามืด จะต้องจัดเตรียมอาหารไว้ให้หลาน ๆ และเย็นลงก็เช่นเดียวกัน และเอาใจใส่ดูแลหลาน ๆ จนกระทั่งถึงเวลานอน นอกจากนี้ยังมีความห่วงใยหลาน ๆ เป็นอย่างยิ่ง จนกระทั่งวันหนึ่งที่บ้านซอยภาวนา ลาดพร้าว กทม.

หลานคนหนึ่งกลับบ้านผิดเวลา แม่เดินเข้าเดินออกเพื่อดูว่ารถที่ผ่านหน้าบ้านนั้นมีหลานมาด้วยหรือเปล่า จนพลาดลื่นหกล้มที่หน้าบ้าน ปรากฏว่าขาขวาหัก กระดูกสะโพกแตกจนเป็นเหตุให้เดินไม่ถนัดจนกระทั่งเสียชีวิต

ในปี ๒๕๒๑ ลูกถูกมรสุมจากทางราชการ ในขณะนั้นดำรงตำแหน่งนายอำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี แม่ทราบข่าวด้วยความเป็นห่วง ทานอาหารไม่ได้และนอนไม่หลับ ด้วยบุญกุศลของแม่ทำให้ลูกพ้นจากมรสุม แต่แม่ก็ล้มเจ็บลง หมอบอกว่าแม่เป็นโรคหัวใจล้มเหลว ซึ่งลูกเชื่อเหลือเกินว่าเกิดจากสาเหตุของลูกนั่นเองและมีโรคแทรกซ้อนอีกหลายอย่าง เข้าโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าตั้งแต่เดือนกรกฎาคม ๒๕๒๑ และได้สิ้นชีวิตลงในวันที่ ๒๒ สิงหาคม ๒๕๒๑ รวมอายุทั้งสิ้น ๖๕ ปี ๑ เดือน ๑๑ วัน

แม่กับลูกมีความผูกพันกันอย่างลึกซึ้ง มีทุกข์ร้อนอะไรแม่จะปรึกษาหารือกันระหว่างแม่ลูกอยู่เสมอ การจากไปของแม่สร้างความว้าเหว่ให้แก่ลูกเป็นอย่างมาก ขอให้บุญกุศลที่แม่ได้ทำไว้และบุญกุศลที่ลูกได้สร้างไว้และที่จะสร้างต่อไป จงดลบันดาลให้แม่ไปสู่สุคติในสัมปรายภพ และลูกขออธิษฐานให้ได้เกิดเป็นลูกแม่ทุกชาติไปถ้าชาติหน้ามีจริง.

ลูก

คำไว้อาลัยของน้อง ๆ

เจ๊องุ่น เป็นพี่สาวที่ดี ที่สุดและเป็นที่รักใคร่ของน้อง ๆ มาก เราเคยอยู่ร่วมกันเมื่อ เยาว์วัย และ จากกัน เมื่อ ต่างคน ต่างมีครอบครัว แต่ก็ยังไปมาหาสู่กันอยู่เสมอ และได้มาอยู่รวมกันเป็นครอบครัวใหญ่ อีกครั้งหนึ่งเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๙๑ ช่วยกันเปิดร้านค้าขายอาหาร และ ได้ย้ายมาอยู่ร่วมกันที่ซอยภาวนา ลาดพร้าว ในปี พ.ศ. ๒๕๒๑ เจ๊องุ่นได้จาก พวกเราไป อย่างไม่ มี วันกลับ มาอีก การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นความจริงที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกคน พวกเราทราบดีแต่ก็ อดเศร้าและเสียใจในการจากไปของเจ๊องุ่นเสียมิได้ ด้วยบุญกุศลที่ เจ๊องุ่นทำไว้ และที่พวกเราทำไว้จงส่งผลให้เจ๊องุ่นจงไปสู่สุคติใน สัมปรายภพ หากชาติหน้ามีจริงขอให้ได้เป็นพี่น้องกันอีก.

ชะเอม เวศม์วิบูลย์

เพิ่ม เทพหัสดิน ณ อยุธยา

คำไว้อาลัยของหลาน ๆ

หลานทุกคนมีความรู้สึกในส่วนลึกของจิตใจว่า คุณย่าคือแม่อีกคนหนึ่งของหลาน หลานจำได้ว่าความอบอุ่นที่หลานได้รับนั้นมากกว่าคุณพ่อและคุณแม่เสียอีก ทั้งนี้ เพราะคุณพ่อไปรับราชการต่างจังหวัด คุณแม่เป็นครูสอนหนังสือกว่าจะกลับบ้านนั้นเย็นมากแล้ว เนื่องจากคุณแม่สอน ๒ รอบ เพราะฉะนั้นหลาน ๆ จึงมีความใกล้ชิดและสนิทสนมกับคุณย่ามากที่สุด ตั้งแต่ก่อนไปโรงเรียนและหลังจากกลับมาจากโรงเรียน คุณย่าเป็นห่วงหลานทั้งในเรื่องอาหารการแต่งตัว การหลับนอน ฯลฯ ตลอดจนการเดินทางไปกลับโรงเรียน จะคอยเอาใจใส่และกำชับรถที่ไปส่งและรับอยู่เสมอ ความห่วงใยของคุณย่านั้นทำให้คุณย่าต้องขาหัก หลานมีความเสียใจต่อเหตุการณ์เช่นนี้อยู่เสมอ พระคุณของคุณย่าที่มีต่อหลาน ๆ มากมายจนไม่สามารถบรรยายเป็นตัวอักษรได้ เมื่อคุณย่าจากพวกหลานไปนั้น หลานรู้สึกว้าเหว่อย่างบอกไม่ถูก หลาน ๆ ทุกคนขอให้บุญกุศลที่คุณย่าทำไว้ จงดลบันดาลให้คุณย่าไปสู่สุคติในสัมปรายภพ และหลาน ๆ ขออธิษฐานให้เกิดเป็นหลานของคุณย่าทุกชาติ ถ้าหากชาติหน้ามีจริง.

ตู่ น้อม ปุ้ย และ หลาน ๆ ทุกคน

หนังสืออนุญาตให้พิมพ์บทความ

ของ

รศ. ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

คุณปฐม วรรธนะภูติ ผู้ช่วย ผู้อำนวยการ กองราชการ ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครองได้ติดต่อแสดงความจำนงขอนำบทความที่ดิฉันได้เขียนลงในวารสาร ต่าง ๆ มาลงพิมพ์หนังสืออนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพคุณแม่องุ่น วรรธนะภูติ

ดิฉันได้ทราบความประสงค์แล้วก็รู้สึกเบ็นเกียรติ จึงยินดีอนุญาต และ ขอ อนุโมทนา ใน กุศลบุญราศรี ที่คุณปฐม วรรธนะภูติ จะได้พิมพ์บทความ ดังกล่าวเพื่อ เผยแพร่เบ็น วิทยาทาน อนึ่ง ขอให้กุศลผลบุญ ที่บุตรหลาน ญาติสนิทมิตร สหาย ได้ร่วมกัน กระทำมาด้วยความ กตัญญูรู้คุณ และ ระลึกถึง คุณงาม ความดี ของ คุณแม่องุ่น วรรธนะภูติ จงหนุนนำให้ดวงวิญญาณของคุณแม่คุณปฐม วรรธนะภูติ ไปสู่สุคติบรมภพพิมานภายใต้ร่มเงาแห่งพุทธบารมีตลอดไป

(รศ. ดร. โสภา ชูพิกุลชัย)

รองคณบดีคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

๒๗ ก.ค. ๒๔

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

จาก

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

เทคนิคการครองใจคน

ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

ก่อนอื่นขอแสดงความยินดีกับท่านทุกท่านที่ผ่านการอบรม และกำลังจะรับประกาศนียบัตรในวันนี้ เรื่องที่จะมาคุยกันในวันนี้ก็คือเรื่อง การครองใจคนหรือการผูกใจคน

การครองใจคนนี้ เป็นเรื่องสำคัญมากและเกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นระดับผู้บังคับบัญชากับลูกน้อง ลูกน้องกับผู้บังคับบัญชา กับเพื่อนฝูง คู่ครอง หรือบุคคลอื่น ๆ ที่เราเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยก็ตาม การที่จะครองใจคนได้ สิ่งง่าย ๆ ประการแรกที่ใช้กันอยู่ ที่เราควรจะต้องคำนึงถึงก็คือ ต้องรู้จักเขาก่อนว่าเป็นคนอย่างไร นิสัยใจคอเป็นอย่างไร ? เป็นคนอ่อนไหวง่าย เจ้า-อารมณ์หรือเปล่า จุดเด่นจุดอ่อนเขาเป็นอย่างไร ? เมื่อเราทราบแล้วเราก็พยายามเลี่ยงที่จะพูดคุยในเรื่องจุดอ่อนของเขา ดึงจุดดีเขามาพูดเพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีให้เกิดขึ้นก่อน เพราะเมื่อเขามีความรู้สึกที่ดีแล้ว ทุกอย่างก็จะง่ายขึ้น

นอกจากนี้ สิ่งสำคัญที่เราควรจะคำนึงถึงก็คือ เราต้องทราบเกี่ยวกับความต้องการ (Needs) ของเขา ซึ่งความต้องการนี้ ทางจิตวิทยาเราแบ่งเป็น

๑. ความต้องการขั้นพื้นฐาน (Primary Needs) ได้แก่ พวกอาหาร เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ฯลฯ ถ้ามนุษย์มีความต้องการขั้นพื้นฐานอย่างเดียว ปัญหาต่าง ๆ ก็คงจะไม่เกิดขึ้น แต่นี่มนุษย์นอกจากจะมีความต้องการขั้นพื้นฐานแล้ว มนุษย์ยังมีความต้องการขั้นสูงต่อไป ได้แก่

๒. Secondary Needs ซึ่งคนส่วนใหญ่มักจะไม่เข้าใจทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ ความต้องการดังกล่าวนี้จะช่วยให้มนุษย์เราบรรลุความสุข ความสบายใจ คือมุ่งทางด้านจิตใจเป็นหลัก ฉะนั้น ในการที่จะผูกใจผู้อื่น หรือครองใจผู้อื่นได้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการดังกล่าวนี้เป็นอย่างดี

ให้เรามาดูซิว่า Psycological Needs หรือ Secondary Needs นี้มีอะไรบ้าง ?

มีผู้ศึกษากันมาก เกี่ยวกับเรื่องนี้ แต่ในที่นี้จะขอยกที่สำคัญ ๆ และเป็นที่ยอมรับกันเพื่อท่านทั้งหลายจะทราบและได้นำไป

ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ บุคคลแรกที่ควรจะรู้จัก คือ Erich Fron เขากล่าวว่า ความต้องการของมนุษย์นี้ประกอบด้วย

ก. ความต้องการเกี่ยวกับการเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน หมายความว่า มนุษย์ต้องการที่จะอยู่อย่างโดดเดี่ยวลำพัง มนุษย์ต้องการการพบปะพูดคุย เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้อื่น

ข. ความต้องการที่จะเป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์มากกว่าที่จะเป็นมนุษย์ธรรมดา

ค. ความต้องการเกี่ยวกับการที่จะเป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวพันกันของโลก เพื่อจะได้เกิดความรู้สึกตนเป็นส่วนหนึ่งของโลก สามารถทำประโยชน์ให้กับโลกที่ตนอยู่

ง. ความต้องการที่จะเลียนแบบ ซึ่งความรู้สึกเลียนแบบนี้เกิดขึ้นจากความต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของคนหนึ่งคนใด ไม่ใช่เป็นเพียงคนคนหนึ่งเท่านั้น

จ. ความต้องการที่จะมีความคงทน และมั่นคงเกี่ยวกับการยอมรับและเข้าใจโลก บุคคลต่อไปนี้ควรรู้จักคือ
เขาได้สรุปความต้องการของมนุษย์ออกเป็น ๗ ระดับขั้นสำคัญ เขากล่าวว่าในการทำงาน ประสานงานเกี่ยวข้องสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

ถ้ามนุษย์เข้าใจมนุษย์ว่า มีความต้องการอะไรแล้วทุกอย่างจะสำเร็จลงได้ด้วยดี

ขั้นความต้องการของมนุษย์ที่ แบ่งแยกได้ดังนี้ คือ

๑. ความต้องการขั้นพื้นฐานทางด้านร่างกาย

๒. ความต้องการความปลอดภัย

๓. ความต้องการความรักและการมีส่วนเป็นเจ้าของ

๔. ความต้องการ การยกย่องสรรเสริญ

๕. ความต้องการเป็นตัวของตัวเองและเข้าใจตนเอง

๖. ความกระหายในการศึกษาหาความรู้

๗. ความต้องการเกี่ยวกับศิลปหรือความงดงามต่าง ๆ

บุคคลสุดท้ายที่จะขอนำมากล่าวในที่นี้ก็คือ Murray H.A. เขาแบ่งความต้องการของมนุษย์เป็น

๑. ความต้องการในการที่จะยอมแพ้ ยอมรับผิด รับการวิพากษ์วิจารณ์การลงโทษ

๒. ความต้องการ ในการที่จะ ทำสิ่งต่าง ๆ ซึ่งยากลำบาก พยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง หรือสิ่งกีดขวางต่าง ๆ พยายามที่จะนำชัยชนะมาให้ตัวเอง

๓. ความต้องการที่จะเอาใจ และทำให้ผู้อื่นรักใคร่มีความซื่อสัตย์ต่อเพื่อนฝูง พยายามสร้างความสนิทสนมใกล้ชิดและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

๔. ความต้อง การ ในการ ที่จะ เอาชนะ สิ่งกีดขวาง ทั้งปวงด้วยการใช้ความรุนแรง การต่อสู้ แก้แค้น การทำร้ายร่างกายหรือการฆ่าฟันกัน

๕. ความต้องการในการที่จะเป็นอิสระ จากสิ่งกดขี่ทั้งปวงหรือความต้องการที่จะต่อสู้ดิ้นรนเพื่อความเป็นตัวของตัวเอง เราไม่ต้องการให้เขาบังคับเรา เราไม่ควรบังคับผู้อื่น

๖. ความต้องการในการที่จะฟันผ่าความลำบาก ความล้มเหลวต่าง ๆ การที่จะเอาชนะความพ่ายแพ้ ความกลัวต่าง ๆ โดยการสร้างความมานะพยายามขึ้น ให้โอกาสเขา

๗. ความต้องการ ในการที่จะ ป้องกันตัวเองจากคำวิพากษ์วิจารณ์ การตำหนิติเตียน ป้องกันตัวเองให้พ้นจากการกระทำความผิด ความล้มเหลว เป็นต้น

๘. ความต้องการในการที่จะยอมรับนับถือ ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ที่สูงกว่า

๙. ความต้องการ ในการที่จะ ควบคุมผู้อื่น ใช้อิทธิพล หรือคำสั่งให้ผู้อื่นกระทำตาม

๑๐. ความต้องการ ในการที่ จะสร้างความ ประทับใจ ให้กับผู้อื่น ต้องการให้ผู้อื่นเห็นและได้ยินเกี่ยวกับตน ต้องการที่จะทำให้ผู้อื่น แปลกใจ ตกใจ สนุกสนาน หรือขบขัน เป็นต้น

๑๑. ความ ต้อง การ ที่ จะ พ้น จาก ความ เจ็บ ปวด ทาง ด้านร่างกาย ความป่วยไข้ หรือความตาย ต้องการได้รับความปลอดภัยจากสถานการณ์อันตรายทั้งปวง

๑๒. ความต้องการที่จะพ้นจากความอับอายทั้งหลาย

๑๓. ความต้อง การ ที่จะ ให้ ความ เมตตา สงสาร และ ความช่วยเหลือแก่ผู้ที่ไม่สามารถช่วยตัวเอง ต้องการที่จะช่วยผู้อื่นให้พ้นภัยอันตรายทั้งปวง

๑๔. ความต้องการที่จะจัดของทุกสิ่งทุกอย่างให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเพื่อความสะดวก ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความประณีตและเหมาะสมต่าง ๆ

๑๕. ความต้องการที่จะแสดงความสนุกสนาน โดยไม่มีวัตถุประสงค์อย่างอื่น ต้องการหัวเราะ และการสร้างเรื่องตลกขบขัน

เพื่อการผ่อนคลายความตึงเครียด ซึ่งได้แก่การมีส่วนร่วมในเกมกีฬา การเต้นรำ การดื่ม ในการรื่นเริงต่าง ๆ การเล่นไพ่ ฯลฯ

๑๖. ความต้อง การที่ จะแยก ตนเอง ออกจาก ความทุกข์ ทั้งปวง หรือจากบุคคลอื่น ความต้องการเมินเฉยต่อสิ่งทั้งปวง

๑๗. ความต้องการ ที่จะให้ ความประสงค์ ของตนเอง บรรลุจุดหมายโดยการที่จะให้ผู้อื่นสนใจ หรือเกิดความสงสารในตัวขึ้น ต้องการให้ผู้อื่นให้การพยาบาลรักษา ช่วยเหลือ ยอมปื้องกัน รับให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางปฏิบัติให้ ต้องการผู้ดูแลและอยู่ใกล้ชิดกับเขา

๑๘. ความต้องการสัมพันธ์ทางเพศ

๑๙. ความต้องการที่จะมีความสุข และสนุกสนานกับสิ่งประทับใจทั้งหลาย

๒๐. ความต้องการที่จะถามหรือตอบคำถามทั่ว ๆ ไป สนใจเกี่ยวกับทฤษฎีต่าง ๆ

เห็นไหมคะ ถ้าเราทราบความต้องการเหล่านี้ และยอมรับว่าบุคคลอื่นก็มีความต้องการเหมือนเราเพราะเป็นหลักธรรมชาติ ไม่ใช่

เรามีแต่ผู้เดียวโดยเอาใจเขามาใส่ใจเรา เราก็สามารถที่ผูกใจคนไว้ หรืออีกนัยหนึ่งคือสามารถครองใจคนได้ เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม มนุษย์ต้องอยู่ในสังคม เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้อื่น ถ้าเราสามารถปฏิบัติได้ เราก็จะประสบความสุขความสำเร็จ ไม่ว่าจะเป็นด้านการทำงาน การคบหาสมาคม เรื่องส่วนตัวก็ตาม ทำง่ายออก ช่วยกันทำนะคะ ปัญหาต่าง ๆ ก็จะหมดลงไปได้ เราก็จะอยู่กันด้วยความสุขหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส ไม่ต้องหน้ายักษ์หน้ามารเข้าหากัน

เนื่องจากวันนี้มีเวลาบรรยายจำกัด ก็คงจะขอจบแต่เพียงเท่านี้.

สวัสดีค่ะ

การสร้างและการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ

ผศ.ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

ทัศนคติเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะเกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความรู้สึกที่มีอิทธิพลเหนือบุคคลที่จะกระตุ้นให้ทำ หยุด พฤติกรรม หรือทำด้วยความเต็มใจ ไม่เต็มใจ ถ้ามีความรู้สึกที่ดี หรือมีทัศนคติที่ดี เรื่องใหญ่กลายเป็นเรื่องเล็กได้ อภัยกันได้ ถ้ามีความรู้สึกที่ไม่ดี เรื่องเล็กนิดเดียวกลายเป็นเรื่องใหญ่ขึ้นมาได้ ทัศนคติเมื่อเกิดขึ้นมาแล้ว ยากมากที่จะลบ หรือ เปลี่ยนแปลง นักจิตวิทยาสังคมเห็นความสำคัญของเรื่องนี้ จึงได้พยายามหาทางศึกษา ในการที่จะสร้างให้เกิดทัศนคติที่ดี และพยายามหาทางลบหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นให้หมดสิ้นไป

เมื่อเห็นแล้วว่าทัศนคติมีความสำคัญ เราควรที่จะทราบว่าทัศนคติคืออะไร ? นักจิตวิทยาที่มีชื่อเสียงคนหนึ่งได้ให้ความหมายของทัศนคติไว้ว่า "ทัศนคติ คือ สภาวะทางจิตและสภาวะทางประสาทที่เกี่ยวกับความพร้อม ซึ่งเกิดขึ้นโดยอาศัยประสบการณ์ เป็นตัวนำและมีอิทธิพลเหนือการตอบสนองของบุคคล ที่มีต่อวัตถุ และสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน

Doob ให้ความหมายของทัศนคติว่า "ทัศนคติคือ ความรู้สึกภายในเป็นแรงขับที่ก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบโต้ โดยคำนึงถึงเฉพาะเรื่องทางด้านสังคมของแต่ละบุคคล Doob มุ่งแสดงให้เห็นถึงว่าทัศนคติคืออะไร ? มากเท่าที่จะไปมีผลเกี่ยวข้องกับสิ่งใด เกี่ยวกับเรื่องทัศนคตินี้ จะมีอีกคำหนึ่งที่เข้ามาเกี่ยวข้องและอาจจะทำให้เข้าใจผิดหรือเกิดความสับสนได้ คำนั้นคือ "ความจริง" ถึงแม้จะเกี่ยวข้องกัน แต่ ๒ คำนี้ต่างกัน เพราะทัศนคติจะครอบคลุมเกี่ยวกับการประเมินค่า หรือความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์ เป็นต้นว่าสิ่งสวยงามดูแล้วเกิดความรู้สึก คือสบายใจ ส่วนความเป็นจริงนั้น เป็นต้นว่าเราอ่านข้อความ "ระยะทางไปดวงจันทร์นั้น ประมาณ ๒๕๐,๐๐๐ ไมล์ (สองแสนห้าหมื่นไมล์) เมื่อเราอ่านข้อความแล้วเราไม่เกิดความรู้สึกชอบ ไม่ชอบ สบายใจ หรือไม่สบายใจ หรือพูดอีกนัยหนึ่งว่า เราไม่มีความรู้สึกทางอารมณ์ต่อข้อความที่เราเห็นหรืออ่านเลย นอกจากรับทราบ นอกจากนี้ความเป็นจริงนั้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงใหม่ เราก็ยอมรับใหม่ได้ ตัวอย่างเช่น ดั้งเดิมเชื่อว่าโลกแบน แต่ต่อมานักวิทยาศาสตร์พิสูจน์รับว่าไม่แบน กลม เราก็ยอมรับว่ากลม โดยไม่รู้สึกอะไรเลย ส่วนทัศนคตินั้นเมื่อก่อรูปขึ้นมาแล้ว ยากที่จะเปลี่ยนแปลงได้ เพราะมีแนวโน้มที่จะคงที่อยู่

ตลอดเวลาเนื่องจากมนุษย์ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิดของตน โดยปราศจากการบังคับหรือต่อสู้ให้เปลี่ยน ฉะนั้นจะเห็นได้ว่า ทัศนคติเป็นการรวบรวมความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ความคิดเห็น ความเป็นจริงต่าง ๆ รวมทั้งความรู้สึกซึ่งเรียกเป็นการประเมินค่า ทั้งในทางบวกและในทางลบ

ในการที่เรา จะปลูกฝัง ทัศนคติที่ดี หรือต้องการ ทัศนคติให้เกิดขึ้นได้นั้น มีผู้ศึกษากันมากมาย แต่ทฤษฎีสำคัญ ๆ ที่ใช้ในการสร้างหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่จะนำมากล่าวถึงในวันนี้คือ

๑. ทฤษฎีอาศัยเงื่อนไข และการให้รางวัล นักทฤษฎีในกลุ่มนี้เชื่อว่า ทัศนคติเป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้เช่นเดียวกับลักษณะนิสัยอื่น ๆ หลักสำคัญของทฤษฎีคือ ในขณะที่มนุษย์ต้องการรายละเอียดและความเป็นจริง มนุษย์จะเรียนรู้เกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดและคุณค่าต่าง ๆ ซึ่งเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับความเป็นจริงเหล่านั้นไปด้วย ตัวอย่างเช่น คำว่า สกปรก มอมแมม น่ารังเกียจ ผอมโซ เป็นคำที่เราทราบความหมายมาก่อน ไม่ว่าจะเป็นจากพ่อแม่ ครูอาจารย์ เพื่อนฝูง ในเวลาเดียวกัน ก็ได้ยินคำว่า “คนติดยาเสพติด” คำว่า คนติดยาเสพติดที่จะไปสัมพันธ์กับคำว่า ผอมโซ สกปรก น่ารังเกียจ

เกิดภาพพจน์ขึ้นมาประกอบคำนั้น ๆ ฉะนั้น เมื่อไรที่ได้ยินหรืออ่านพบเกี่ยวกับยาเสพติด เราจะมีความรู้สึกว่าไม่ดีเป็นเหตุที่ทำให้คนผอมโซ สกปรก น่ารังเกียจ ในทางตรงกันข้ามถึงแม้ว่าเรารู้ว่ายาเสพติดไม่ดี แต่เราต้องการสร้างให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อยาเสพติด เราก็ทำได้ โดยการบอกเล่าหรือให้เด็กได้ดูภาพที่ดีเกี่ยวกับยาเสพติด ว่ายาเสพติดจะช่วยให้ผู้เสพมีความสุข ลืมเรื่องทุกข์ต่าง ๆ คนที่เสพยาเสพติดจะมีความสุขมาก เมื่อเด็กได้ฟังก็จะสร้างมโนภาพตามไปด้วย ฉะนั้น เมื่อเด็กเห็นยาเสพติด ภาพต่าง ๆ ที่เด็กได้เห็นได้ยินได้ฟังมาเกี่ยวกับยาเสพติดในทางที่ดี ก็จะไปสัมพันธ์กับยาเสพติดทันที ทำให้เกิดการอยากลอง เพื่อจะได้บรรลุความสุขตามที่ได้รู้สึกมา และเมื่อเด็กได้ลองแล้วมีความสุขจริงดังที่ได้ทราบ เด็กก็จะยึดความรู้สึกทางบวกกับยาเสพติดตลอดไป ความสุขดังกล่าวถือเป็นรางวัลที่ให้เด็ก ตามทฤษฎีนี้ เชื่อว่า ทัศนคติประกอบขึ้นจากความรู้ต่าง ๆ ที่เคยได้เรียนรู้มาเกี่ยวกับลักษณะของสิ่งนั้น บวกกับการตีค่าของสิ่งของนั้น ๆ ตามที่ผู้นั้นมีความรู้อยู่ นอกจากนี้ ทัศนคติยังสามารถที่จะเรียนรู้ได้โดยการเลียนแบบ ปกติแล้วมนุษย์จะเลียนแบบพฤติกรรมผู้อื่นโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ถ้าคน ๆ นั้นเป็นคนสวย มีชื่อเสียง เป็นนักกีฬาหรือ เป็นบุคคลสำคัญ

การเลียนแบบ นอกจากจะเลียนแบบพฤติกรรมแล้วยังมีการเลียนแบบทางด้านความรู้สึก เด็ก ๆ จะเรียนรู้และยอมรับคุณค่าทัศนคติตามบิดามารดา แม้จะไม่มีรางวัลหรือสิ่งตอบแทนเลยก็ตาม Hess และ Torney ทำการศึกษาเกี่ยวกับความรู้สึกทางการเมืองของเด็กระดับมัธยมศึกษา พบว่าประมาณ ๘๐ % จะชอบพรรคการเมืองตามพ่อแม่ เมื่อเข้ามหาวิทยาลัยจำนวนเปอร์เซ็นต์ลดลงเหลือเพียง ๕๐–๖๐ % เท่านั้น

๒. ทฤษฎี เครื่องล่อและความขัดแย้งในใจ สภาวะความขัดแย้งในใจนี้แยกได้เป็น ๓ ลักษณะด้วยกันคือ

๑. ความขัดแย้งในใจ ประเภทที่ต้องเลือกของที่ชอบทั้ง ๒ อย่าง โดยเลือกเอาแต่เพียงอย่างเดียว

๒. ความขัดแย้งในใจประเภทที่ต้องเลือก ของที่ไม่ชอบทั้ง ๒ อย่าง โดยเลือกเอาอย่างหนึ่ง

๓. ความขัดแย้งในใจ ประเภทที่ต้องเลือก ของที่ชอบ หรือไม่ชอบ แต่ผลที่ได้รับกลับก่อให้เกิดสิ่งที่ไม่ต้องการหรือต้องการ ตัวอย่างเช่น กลัวอ้วนแต่ชอบกินชอกโกแลต เมื่อกินแล้วชอกโกแลตจะทำให้อ้วนซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ชอบ

ทฤษฎีเครื่องล่อ และความขัดแย้ง ในใจนี้ จะมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ รูปความในรูปความขัดแย้งใจประเภท

ที่ ๓ คือ สิ่งของที่ชอบหรือไม่ชอบ แต่ผลที่ได้รับกลับก่อให้เกิดสิ่งที่ต้องการหรือไม่ต้องการ ตัวอย่างเช่น นาย ก. เห็นว่ายาเสพติดเป็นอันตรายผิดกฎหมาย ถ้าสูบอาจถูกจับ หรือสร้างปัญหาให้แก่ครอบครัว ทั้ง ๆ ที่นาย ก. มีความรู้สึกทางลบต่อยาเสพติดก็ตาม แต่ในส่วนลึกของความรู้สึก นาย ก. เชื่อว่า ยาเสพติดนี้ถ้าสูบแล้วจะทำให้ลืมความทุกข์ต่าง ๆ ได้ ซึ่งความรู้สึกดังนี้เป็น บวกกับยาเสพติด สภาวะเช่นนี้เป็นสภาวะที่นาย ก. กำลังมีทัศนคติทั้งทางลบและทางบวก ขัดกัน ภายในจิตใจของนาย ก. ฉะนั้น การที่นาย ก. จะตัดสินใจเลือกทัศนคติด้านใดนั้น ตามทฤษฎีเครื่องล่อกล่าวไว้ว่าแต่ละคนจะต้องได้หรือเสียอะไรบ้าง ในการยอมรับฐานะเช่นกัน ฉะนั้น ในสภาวะซึ่งมีลักษณะขัดแย้งกัน แต่ละคนมักจะตัดสินใจเลือกสิ่งที่ดีกว่าและให้คุณค่าแก่เขามากกว่า ในกรณีนี้ถ้านาย ก. เลือกทัศนคติ ทางลบ คือ ไม่สูบยาเสพติดเพราะเห็นว่าเป็นสิ่งไม่ดี เครื่องล่อที่มาล่อให้นาย ก. ไม่สูบอาจมาจาก

๑. ใครรู้จะรังเกียจ–เป็นที่รังเกียจของสังคม

๒. ตำรวจรู้ถูกจับ

๓. เสียเงิน

แต่ในกรณีถ้านาย ก. เลือกทัศนคติทางบวก (ในส่วนลึกของจิตใจ) คือตัดสินใจสูบเครื่องล่อที่มาล่อ ได้แก่

๑. ยาเสพติดให้ความสุขแก่เขา

๒. เพื่อนฝูงไม่ได้เป็นผู้ให้ความสุขกับเขา ถึงเพื่อนจะเกลียดก็ไม่แคร์

๓. คุ้มกับการเสียเงิน เพราะทำให้เขาลืมความทุกข์ได้ เป็นต้น

๓. ทฤษฎี Congruity ความสำคัญของทฤษฎีนี้เป็นการคาดคะเน เหตุการณ์ ของผลกระทบกระเทือน ในการ ที่จะสร้าง ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของคู่สนทนา ดังตัวอย่าง

ความรู้สึกที่คนภายนอกมีต่อ	บุคคลที่เกี่ยวข้อง
+ ๓	รัฐมนตรี
+/ ๒	ปลัดกระทรวง
+ ๑	ผู้อำนวยการ
๐	ผู้ทรงคุณวุฒิประจำกระทรวง
– ๑	หัวหน้ากองหัวเก่า
– ๒	หัวหน้างานผู้ระเบียบจัด
– ๓	ข้าราชการชอบติแต่ไม่ชอบทำงาน

ตามทฤษฎี Congruity นี้ ผลจะออกมา คือ

๑. บุคคล ที่ถูกประเมินผล คล้าย ๆ กัน ควรจะชอบ ซึ่งกัน และกัน และควรได้รับการกล่าวถึงในทางที่ดีไล่ ๆ กัน

๒. บุคคล ที่ได้รับ การประเมินผล ต่างกัน ควรที่จะตรงกันข้ามกัน หรือได้รับการประเมินผลที่ต่างกัน

๓. บุคคลส่วนใหญ่ชอบปานกลาง กล่าวบางอย่างซึ่งเป็นในทางที่ดี เกี่ยวกับบุคคลบางคนที่คนส่วนใหญ่ชอบ (+๒) จะมีช่องว่างเกิดขึ้นบ้างแต่เกือบจะเท่ากัน ในทางตรงกันข้าม คนซึ่งถูกให้ลำดับขั้น −๒ ไปชมเชยคนที่ได้ระดับขั้น +๒ จะมีช่องว่างมากขึ้น

๔. ถ้าคนที่ได้ค่าประเมิล +๓ ไปชอบคนที่ได้ค่าประเมิล −๓ ผลที่เกิดคนที่ได้ค่าประเมิล +๓ จะเสียเปรียบ เพราะคนทั่ว ๆ ไป จะมองว่าคนที่ได้ค่าประเมิล +๓ คงไม่ดีดังที่เราคิด จึงไปชอบคนที่ได้ค่าประเมิล −๓ แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าคนที่ได้ค่าประเมิล −๓ ไปชอบคนที่ได้ค่าประเมิล +๓ จะได้เปรียบ เพราะคนจะมองว่าบุคคลนั้นคงต้องมีอะไรดีแน่ คนที่ได้ค่าประเมิล +๓ จึงมาชอบ

๕. ในการทำลายคู่ต่อสู้ มักจะใช้วิธีนี้ทำลาย โดยสมมุติว่าเราได้ค่าประเมิล −๓ ต้องการจะทำลายผู้อำนวยการ ซึ่งมีค่า

ประเมิล +๓ ทำไม่ได้เพราะ จะไม่มีใครเชื่อหรือคล้อยตาม แต่ถ้าเราไปเกลี้ยกล่อมให้คนที่ได้ค่าประเมิล +๓ เห็นด้วยกับเราและโจมตีผู้อำนวยการที่ได้ค่าประเมิล +๑ ผู้อำนวยการจะเสียคะแนนลงไปทันที

๖. ตามหลักทฤษฎีนี้ การประเมิลผลในทาง + ถ้า ก. ชอบ ข. ทั้ง ๒ จะต้องเท่ากัน เพราะมนุษย์จะชอบผู้ที่มีอะไร ๆ คล้ายคลึงกันกับตัวเอง

๗. การประเมิลผลในทางลบ ถ้า ก. ไม่ชอบ ข. ทั้ง ๒ คนจะต้องมีอะไรตรงข้ามกัน

ทฤษฎีนี้ เป็นทฤษฎีการคาดคะเนเหตุการณ์ของผลกระทบกระเทือน ในการ ที่จะ สร้าง ให้ เกิด การ เปลี่ยน แปลง ทัศนคติ ของ คู่สนทนา อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีก็ยังเกี่ยวข้องกับการสร้างสถานการต่าง ๆ ในชีวิตการเมือง นักการเมืองแต่ละคนจะพยายามสร้างตัวเองให้เป็นที่ยอมรับและพยายามโจมตีเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ไม่เป็นที่ยอมรับตามหลักข้อ ๕ คนดี ๆ ที่ตั้งใจทำงาน บางคนอาจจะถูกกลั่นแกล้งโดยถูกใช้วิธีนี้ทำลายก็ได้ ฉะนั้น เมื่อเราทราบเราจะได้ยับยั้งชั่งใจก่อนที่จะมีทัศนคติตามไปด้วย.

ลูกรักกับการพัฒนาบุคลิกภาพ

(ตอนที่ ๑)

ผศ. ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

พ่อแม่ทุกคนต้องการให้ลูกเก่ง ขยัน มีความเชื่อมั่นในตนเอง, และเป็นตัวของตัวเอง ลูกเป็นสายสัมพันธ์ความรักระหว่างพ่อแม่ เป็นดวงใจของพ่อแม่ พ่อแม่ย่อมหวังที่จะให้ลูกเติบใหญ่ขึ้นมาเป็นเด็กที่แข็งแรง น่ารัก มีความคิดความอ่านเป็นของตัวเอง มีเหตุมีผล กล้าตัดสินใจกระทำการใด ๆ ได้อย่างมั่นใจ และถูกต้อง มีอารมณ์สนุกมองโลกในแง่ดี สามารถปรับตัวเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้อย่างดี หรือเรียกได้อีกอย่างหนึ่งก็คือ เป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดีนั่นเอง ผู้ที่จะอยู่ในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุขประสบความสำเร็จในชีวิตจะต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดี มีความมั่นใจในตัวเอง ฉะนั้นการที่จะให้ลูกอันเป็นที่รักเติบใหญ่ขึ้นมาเป็นผู้ที่มีความสุขความสำเร็จในชีวิตได้อย่างดีนั้นอยู่ที่พ่อแม่ จะต้องช่วยสร้างให้ ตั้งแต่ลูกยังอยู่ในวัยทารก

ทำอย่างไรจึงจะทำให้ลูกมีความเชื่อมั่นในตัวเองเป็นตัวของตัวเอง และมีสุขภาพจิตที่ดีเมื่อโตขึ้น ?

การที่จะสร้างความเชื่อมั่นให้เกิด ขึ้นกับ ลูก ได้ จะ ต้อง เริ่มสร้างตั้งแต่แรกเกิด ไม่ใช่มาสร้างกันตอนโตตามความเข้าใจของพ่อแม่บางท่าน ซึ่งเป็นความเข้าใจที่ผิดหลายท่านคงจะสงสัยว่าจะเป็นไปได้อย่างไร เพราะในวัยทารก เด็กยังเล็กมาก การที่จะสอนหรือการที่จะให้เด็กพัฒนาความรู้สึกเชื่อมั่นขึ้นในเด็กวัยนี้ได้นั้นไม่น่าที่จะทำได้

อีริค เอช อีริคสัน นักจิตวิทยาที่มีชื่อเสียงเกี่ยวกับเด็กได้ศึกษาเรื่องพัฒนาการของเด็กในแต่ละวัย กล่าวไว้ว่าในระยะการสร้างความรู้สึกเชื่อมั่นจะมีอยู่ในเด็กระยะหลังคลอด จนถึงอายุประมาณ ๑ ปี อีริคสัน เรียกระยะการพัฒนาในวัยนี้ว่าเป็นระยะการสร้างความรู้สึกเชื่อมั่น อีริคสันอธิบายว่า ในระยะนี้เด็กทารกจะพัฒนาความรู้ สึกเชื่อมั่นจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ ถ้าพ่อแม่เลี้ยงดูให้อาหารตามเวลาที่เด็กควรจะได้ ให้ความรัก ความอบอุ่น โดยการเอาใจใส่ดูแลอย่างดีอยู่ทุกระยะ ลูกที่ได้รับการเลี้ยงดูดังกล่าวจากพ่อแม่ในสิ่งที่แกต้องการโดยเฉพาะเรื่องการให้อาหาร การได้รับความรักความอบอุ่นจากมารดา การเอาใจใส่ดูแลอย่างดีจากมารดาจะทำให้เด็กเกิดความพอใจ เป็นการเสริมสร้างให้เด็กพัฒนาความเชื่อมั่นขึ้น ซึ่งการพัฒนา

ความรู้สึกเชื่อมั่นนี้จะมีผลที่จะทำให้เด็กสามารถพัฒนา เกี่ยวกับการใช้ระบบอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งเป็นภาระหน้าที่ที่เด็กในวัยนี้ต้องทำได้อย่างสมบูรณ์ เมื่อโตขึ้นก็จะกลายเป็นเด็กที่สนุกสนาน ร่าเริง มีความมั่นใจในตัวเอง เป็นตัวของตัวเอง มีความสามารถเผชิญและตัดสินใจปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างดี ในทางตรงกันข้าม ถ้าพ่อแม่ไม่เห็นความสำคัญ เพราะคิดว่าเด็กยังเล็กเกินไปที่จะสร้างความรู้สึกเชื่อมั่นได้ ในการเลี้ยงดูจึงไม่ได้คำนึงถึงความต้องการของเด็ก โดยคิดว่าเด็กคงจะรอได้ อดทนได้ เด็กคงไม่รู้สึกอะไร เพราะเล็กเกินไปที่จะคิด นอกจากนี้ยังไม่มีเวลาที่จะอยู่ใกล้ชิด ให้ความรักความอบอุ่นเอาใจใส่ดูแลปล่อยให้เป็นหน้าที่ของคนเลี้ยงเสีย การกระทำเช่นนี้จะทำให้เด็กกลายเป็นเด็กมีปัญหา ขาดความรัก ความ อบอุ่น เป็นเด็กที่ไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง ในระยะที่เด็กต้องสร้าง ความเชื่อมั่น จึงทำให้มีผลกระทบไปถึงการพัฒนาการขั้นต่อไป ซึ่งเป็นภาระที่เด็กต้องพัฒนาทำให้เด็กกลายเป็นเด็กที่ขาดความเชื่อมั่น กลัวไม่กล้าตัดสินใจ ไม่เป็นตัวของตัวเอง มีความหวาดระแวง ไม่แน่ใจ เมื่อมีปัญหาแทนที่จะเผชิญหน้ากับปัญหากลับหนีปัญหา กลายเป็นเด็กที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บกดเมื่อโตขึ้น

พ่อแม่ที่รักคงจะเห็นแล้วใช่ไหมคะว่าการสร้างบุคลิกที่ดีให้กับลูกนั้น ไม่จำเป็นต้องรอจนลูกโต บุคลิกบางอย่างโดยเฉพาะอย่างยิ่งการที่จะเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าพูด กล้าแสดงนั้น จำเป็นจะต้องสร้างกันมาตั้งแต่ยังเป็นเด็กเล็ก ๆ อยู่ ฉะนั้น ถ้าพ่อแม่ทุกท่านต้องการให้ลูกเป็นเด็กที่น่ารัก ร่าเริงแจ่มใส มีความเป็นตัวของตัวเอง ไม่ตามเพื่อน หรือยอมให้เพื่อนชักจูง เป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติเมื่อเด็กโตขึ้น ก็ต้องช่วยกันเริ่มต้นพัฒนาบุคลิกภาพของลูกตั้งแต่ลูกยังอยู่ในวัยทารก ลงมือช่วยกันได้แล้วนะคะ

ลูกรักกับการพัฒนาบุคลิกภาพ

ตอนที่ ๒

ผศ. ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

ฉบับที่แล้ว ได้พูดถึงบทบาทและหน้าที่ ที่คุณพ่อคุณแม่ทั้งหลายจะต้องช่วยกันสร้างเสริมบุคลิกภาพให้ลูกรักของเรามีบุคลิกภาพที่เต็มไปด้วยความเชื่อมั่นในตัวเองอันเป็นการพัฒนาบุคลิกภาพที่ดีให้กับลูกเมื่อลูกโตขึ้นไปแล้ว ฉะนั้นในฉบับนี้จะขอพูดถึงสิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ควรจะต้องคำนึงถึงและช่วยกันพัฒนาเพื่อลูกในขั้นต่อไป ซึ่งลูกๆ ทุกคนจะต้องพัฒนาอันได้แก่ การช่วยตัวเอง การต้องการกระทำหรือคิดค้นด้วยตนเองซึ่งเป็นภาระและหน้าที่ที่เด็กในวัยก่อนเข้าเรียนจะต้องทำได้ วัยก่อนเข้าเรียนคือวัยระหว่าง ๑ ปีครึ่ง ถึง ๓ ปี ในระยะนี้ถ้าคุณพ่อคุณแม่สังเกตดูจะเห็นว่า เด็กต้องการเป็นตัวของตัวเองต้องการช่วยตัวเอง ทำอะไรเอง เด็กมีความรู้สึกว่าตัวแกเองมีความสามารถที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ เกี่ยวกับตัวแกเอง ถึงแม้จะผิด ๆ ถูก ๆ ก็ตาม ฉะนั้นถ้าคุณพ่อคุณแม่ยอมให้เด็กทำเองในสิ่งที่เด็กต้องการจะทำ เป็นต้นว่า รับประทานอาหารเอง รินน้ำดื่มเอง ดื่มน้ำเอง แต่งตัวเอง เลือกเสื้อผ้าที่จะใส่เอง จะทำให้เด็กมีความสุข เกิดความ

มั่นใจในตัวเองขึ้นว่าตนมีความสามารถ แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าคุณพ่อคุณแม่ไม่เข้าใจ กลับเห็นว่าเป็นการเลอะเทอะ ที่จะให้ลูกป้อนข้าวเอง รินน้ำ หยิบแก้วดื่มเอง กลับหาพี่เลี้ยงดูแล หรือคุณพ่อคุณแม่ทำให้ทุกอย่าง ด้วยความรัก ห่วงใยกลัวลูกจะกินไม่อิ่ม กลัวลูกจะสกปรกเลอะเทอะ กลัวช้อนกระแทกปาก กลัวดื่มน้ำเองแล้วจะเข้าจมูกบ้าง ฯลฯ ลูกอยากใส่เสื้อผ้าชุดนั้นชุดนี้กลัวจะไม่สวย ลูกจะแต่งตัวเองกลัวลูกจะใส่ไม่ถูก หรือลูกอยากจะหยิบจับหรือทำอะไรด้วยตัวเองก็กลัวว่าจะสกปรก เลอะเทอะ เจ็บมือ หรือจะเป็นอันตรายต่อเด็ก จนเด็กไม่มีโอกาสได้จับต้อง หรือได้กระทำกิจกรรมใด ๆ อันเป็นภาระหน้าที่ ที่จำเป็นและสำคัญที่เด็กในวัยนี้ต้องกระทำ การกระทำ ทำด้วยความรักและความหวังดีต่อลูกโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์เช่นนี้ทำให้เด็กกลายเป็นเด็กที่ไม่มีความสามารถที่จะทำสิ่งใดได้ด้วยตัวเอง เพราะวัยนี้เป็นวัย ที่เด็กต้องพัฒนาการ ประสานงานกัน ของกล้ามเนื้อในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การพูด การเล่น การวิ่ง การหยิบจับต่าง ๆ

ถ้าเด็กในวัยนี้ไม่บรรลุความพอใจ ไม่สามารถผ่านวัยนี้ได้ตามเกณฑ์พัฒนาแล้วจะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกละอาย เช่น ไม่กล้าทำ ไม่กล้าตัดสินใจ กระทำการใด ๆ ซึ่งความรู้สึกนี้ก็จะติดตัวพัฒนากลาย

เป็นความกลัวและละอายในการที่จะทำอะไรต่อหน้าผู้อื่น ไปจนเด็กโต ฉะนั้นการที่เด็กเติบโตขึ้นขี้ขลาด ไม่กล้าพบคน ไม่กล้าทำอะไรเอง ต้องมีคุณพ่อคุณแม่ช่วยอยู่ตลอดเวลา หรือคิดทำอะไรก็ต้องมีเพื่อนมีพี่น้องช่วย ทำคนเดียวไม่ได้ สาเหตุที่สำคัญประการหนึ่งก็เนื่องมาจากเหตุผลดังได้กล่าวมาแล้ว

ฉะนั้น คุณพ่อคุณแม่เห็นแล้วใช่ไหมคะว่าแม้กระทั่งเด็กเล็กๆ ก็ยังมีภาระหน้าที่ ที่เด็กจะต้องรับผิดชอบกระทำตามขั้นพัฒนาแต่ละวัยของเด็กเอง ฉะนั้นการที่ไม่ยอมให้เด็กทำอะไรเองเลย เพราะความรักความทะนุถนอมและความห่วงใยจนเกินไปของคุณพ่อคุณแม่ที่มีต่อลูกอาจกลายเป็นความผิดที่ทำให้ลูกกลายเป็นผู้ที่ไม่มีความกล้าที่จะตัดสินใจเอง มีความละอาย กลัวทำอะไรแล้วจะผิดพลาด เพราะผ่านวัยดังกล่าวมาโดยไม่มีโอกาสสร้างความรู้สึก กล้าตัดสินใจกล้าทำการใดๆ ด้วยตัวเองมาเลย ให้แก่ลูกโดยนึกไม่ถึงก็ได้นะคะ ให้โอกาสลูกเถอะค่ะ ในวัยนี้ให้ลูกมีโอกาสพัฒนาตามภาระหน้าที่ที่วัยของลูกต้องพัฒนา ให้ลูกแสดงเอง เป็นพระเอก โดยคุณพ่อคุณแม่คอยช่วยเหลือ เป็นแต่เพียงพระรอง เพื่อลูกจะได้กลายเป็นเด็กที่สามารถช่วยตัวเองด้วยความมั่นใจ เมื่อลูกโตขึ้น.

ลูกรักกับการพัฒนาบุคลิกภาพ

ตอนที่ ๓

ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

คุณพ่อคุณแม่ทั้งหลายถ้าได้ติดตามอ่านเรื่องเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพของลูกอันเป็นที่รักยิ่งของท่านมาตั้งแต่ฉบับแรก จนถึงฉบับนี้ จะเห็นว่าลูกรักของท่านกำลังโตขึ้นมาก ได้ผ่านวัยทารก วัยเด็กก่อนเข้าเรียนเรียบร้อยแล้ว พร้อมทั้งมีบุคลิกภาพอันดีงาม น่ารัก เหมาะสมกับวัยของตัวลูกเองและกำลังจะเข้าสู่วัยคิดริเริ่มตัวตนเอง หรืออีกนัยหนึ่งที่ อีริค เอช อีริคสัน นักจิตวิทยา เด็กผู้เป็นที่รู้จักกันดี เรียกว่าเป็นระยะ Sense of Lnitine อายุของลูกจะอยู่ระหว่าง ๔-๕ ปี ในระยะนี้ คุณพ่อคุณแม่ลองสังเกตลูกให้ดีซีคะ ลูกจะพยายามแสดงบทบาทได้ทุกคนในบ้านรู้ และยอมรับว่าตัวแกเป็นสมาชิกคนหนึ่ง ในครอบครัว เริ่มอยากรู้อยากเห็นเรื่องราวในครอบครัว ใครคุยกันก็อยากทราบอยากฟัง อยากมีส่วนร่วมด้วย อย่าห้ามแกนะคะ ให้แกได้แสดงบทบาทของแกเถิดคะ เพราะเป็นระยะพัฒนาความรู้สึกดังกล่าวนั่นเอง คุณพ่อคุณแม่ต้องให้ความสนใจตัวแกนะคะอย่าละเลยเป็นอันขาด นอกจากนี้ วัยนี้ยังเป็นวัยที่ลูกเล็ก ๆ คุณพ่อคุณแม่จะ

พยายามเสาะแสวงหาหรือค้นคว้าเพื่อให้รู้ถึงขอบเขตความสามารถของตัวแกเอง ก่อนถึงวัยนี้ลูกจะยังไม่สนใจว่าแกจะมีความสามารถอย่างไร จะทำอะไรได้บ้าง แต่เมื่อลูกเข้าสู่วัยนี้แล้วลูกจะพยายามศึกษาเพื่อให้รู้ขอบเขตความสามารถของตัวแกเองว่ามีระดับไหน ซึ่งปกติแล้วคุณพ่อคุณแม่คงจะสงสัยว่ามันจะเป็นไปไม่ได้ อย่างไรเมื่อลูกที่เพิ่งจะมีอายุเพียง ๔–๕ ปี จะพยายามเสาะแสวงหาขอบเขตความสามารถเอาตัวเองเป็นดังนั้นจริง ๆ คะ นักจิตวิทยาได้ทำการศึกษาค้นคว้าและสรุปผลออกมาว่าเด็กในวัยนี้คือ ๔-๕ ปี จะพยายามศึกษาเพื่อให้รู้ถึงขอบเขตความสามารถของตัวเอง ลองสังเกตดูซีคะ ลูก ๆ ในวัยนี้จะเริ่มสนใจกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้ใหญ่ทำ ซึ่งไม่เคยสนใจมาก่อน แกจะทำเลียนแบบ คุณพ่อคุณแม่แทบจะทุกอย่างเลยคะ ในช่วงวัยนี้ลูกจะต้องเผชิญปัญหาต่าง ๆ ซึ่งคุณพ่อคุณแม่เองก็ไม่ทราบมาก่อน คือ แกจะพยายามทำสิ่งใหม่ ๆ ไม่เคยทำมาก่อน คุณพ่อคุณแม่ต้องคอยสังเกตและให้กำลังใจแกนะคะ เพราะถ้าทราบแล้วว่าวัยที่เป็นวัยของการพัฒนาบุคลิกลักษณะดังกล่าวแล้ว เราไม่ช่วย กลับปล่อยแก โดยลืมนึกไปว่าเด็กแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนก็สามารถผ่านขั้นพัฒนาของแต่ละวัยไปเอาได้โดยที่พ่อแม่ไม่ต้องช่วยเหลืออะไรเลย แต่เด็กบางคน ตรง กันข้าม เนื่องจาก ความ เจริญ ในแต่ ละวัย บวกกับ ความ

สามารถไม่เท่ากัน เด็กก็ไม่สามารถจะผ่านขั้นพัฒนาดังกล่าวไปได้ ทั้งคุณพ่อคุณแม่ ก็ไม่ได้ สังเกต สนใจไม่ได้ ให้การ เอาใจใส่ ช่วยเหลือ เด็กจะเกิดความรู้สึกผิดหวัง เกิดความท้อแท้มีความรู้สึกผิด ไม่กล้า ทำสิ่งใดอีกเพราะเกิดความกลัวผิด กลัวไม่สำเร็จ คุณพ่อคุณแม่ที่รัก คะสิ่งสำคัญที่คุณพ่อคุณแม่ควรสังวรอยู่ตลอดเวลา เมื่อมีลูกอยู่ในวัย นี้ก็คือ อย่านำลูกของท่านไปเปรียบเทียบกับลูกของเพื่อนฝูงหรือของ ญาติพี่น้องของคนอื่น ๆ เป็นอันขาดนะคะ เพราะทางจิตวิทยาเราถือ ว่าผิดพลาดอย่างมากถ้าจะนำลูกเล็ก ๆ ของเรา ไม่ว่าจะอยู่ ในวัยไหนก็ ตามไม่เปรียบเทียบกับลูกของเพื่อนฝูงของญาติมิตรที่อยู่ในวัยเดียวกัน กับลูกของเรา เปรียบเทียบกันไม่ได้เพราะเด็กถึงแม้จะอยู่ในวัยเดียว กัน แต่เด็กมีความเจริญตามวัย และความสามารถต่าง ๆ ตามวัยไม่ เหมือนกัน ไม่เท่ากัน บางคนเร็ว บางคนช้า บางคนทำสิ่งนี้ได้ อีกคนทำอย่างนี้ไม่ได้แต่กลับไปทำสิ่งอื่นได้ ฉะนั้น เรานำไปเปรียบ เทียบและเกิด ไปเปรียบ เทียบเข้ากับ เด็กซึ่งพัฒนา ได้เร็ว กว่าวัยที่ควร และเราไม่เข้าใจหลักการพัฒนาในแต่ละวัยของลูกด้วยแล้ว เราจะมี ความรู้สึกว่าลูกเราด้อย สู้คนอื่นเขาไม่ได้ จะเกิดมีความรู้สึกปมด้อย ขึ้นมาว่าลูกเราเก่งสู้ลูกคนอื่นไม่ได้เป็นผลเสียต่อตัวเราเอง และมีผล กระทบไปถึงลูกรักด้วยนะคะ เพราะเราอาจจะกลับมาเร่งเพื่อให้ลูก

ทันคนอื่น ซึ่งการเร่งเด็กในระยะนี้ถ้าเด็กยังไม่พร้อม จะก่อให้เกิดผลเสียต่อการพัฒนาระยะต่อไป และต่อจิตใจเด็กเป็นอย่างมากด้วย

คุณพ่อคุณแม่ที่รัก ก็จะทราบแล้วนะคะว่าภาระการพัฒนาของลูกในวัย ๔–๕ ปีนี้ ก็คือลูกจะพยายามเสาะแสวงหาให้รู้ถึงความสามารถของตัวลูกเอง ลูกต้องการให้คุณพ่อคุณแม่ยอมรับว่าลูกเป็นส่วนหนึ่งหรือเป็นสมาชิกคนหนึ่งของครอบครัว ปัญหาซึ่งลูกจะต้องเผชิญในวัยนี้ก็คือ การที่จะต้องพยายามทำสิ่งใหม่ ๆ หรือแสดงบทบาทใหม่ ๆ ซึ่งเด็กในวัยนี้จะต้องกระทำให้ได้ หลีกเลี่ยงไม่ให้เผชิญกับความรู้สึกล้มเหลวหรือความรู้สึกผิด คุณพ่อคุณแม่ต้องช่วยนะคะ อย่าให้ลูกเกิดความรู้สึก "ผิด" ขึ้น เพราะมิฉะนั้นแล้วจะมีผลต่อลูกค่ะ จะทำให้ลูกเกิดกลัวการที่จะทำอะไรใหม่ ๆ ไม่กล้าทำอะไรเพราะกลัวจะผิดอยู่ตลอดเวลา และความรู้สึกเช่นนี้เมื่อเด็กเกิดแล้วจะติดตัวไปจนโต กลายเป็นเด็กที่มีบุคลิกลังเล ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นหรือไม่กล้าที่จะกระทำอะไรและมีผลต่อตัวลูกเองขึ้นได้ในอนาคต สิ่งเหล่านี้ถ้าเรารู้ช่วยเหลือแก้ไขได้ค่ะ เพื่อลูกรักจะได้โตขึ้นเป็นเยาวชนที่เข้มแข็ง เก่ง ฉลาด เป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติไงคะ เริ่มกันตั้งแต่เดี๋ยวนี้เลยดีไหมคะ ให้สมกับปีนี้เป็นปีเด็กสากลไงละคะ.

จิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis)

ผศ. ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

สกุล (Schools) ต่าง ๆ ที่สำคัญ ๆ ทางจิตวิทยามีด้วยกันหลายสกุล เป็นต้นว่า Structuralism, Functionism, Besatiorism, Gestalt และ Psychoanalysis แต่ในที่นี้ผู้เขียนใคร่จะขอกล่าวเฉพาะสกุล Psychoanalysis หรือจิตวิเคราะห์ เพราะเป็นสกุลที่ถูกกล่าวขวัญวิพากษ์วิจารณ์กันมาก

นักจิตวิทยาผู้มีชื่อเสียง และริเริ่มทางด้านจิตวิเคราะห์คือ Sigmund Freud ชาวออสเตรียน ได้เน้นเกี่ยวกับเรื่อง จิตใต้สำนึกนี้ถือว่าเป็นแก่นสำคัญของสกุลนี้ ตามทฤษฎี Freud มีความเห็นว่าความปรารถนา หรือความต้องการที่สังคมไม่ยอมรับโดยถูกห้ามปรามหรือลงโทษจะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกไม่รู้จะทำตัวอย่างไร เกิดอึดอัดและวุ่นวายใจนี้เองที่กลายมาเป็นส่วนของ จิตใต้สำนึกซึ่งจะแสดงออกในรูปความฝัน ในรูปคำพูดที่หลุดปากหรือการกระทำที่แสดงออกมาโดยไม่รู้สึกตัว เป็นต้น นอกจากนี้ Freud ยังมีความเห็นว่า ความปรารถนาซึ่งเป็นจิตใต้สำนึกนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นความปรารถนาทางเพศ

๑. แนวความคิดเห็นของ Freud

Freud ให้ความสนใจเกี่ยวกับพื้นฐานทางด้านจิตวิทยาขึ้นในวงการ แพทย์แทนที่จะดู จากแฟคเตอร์ทาง ด้านร่างกายแต่เพียงอย่างเดียว ควรจะมีการสังเกตและรู้ถึงสภาพภายในของบุคคลประกอบไปด้วย Freud อธิบายถึงลักษณะจิตใจของมนุษย์และพัฒนาการของจิตและวางหลักการต่าง ๆ ไว้มากมาย เกี่ยวกับพัฒนาการของบุคลิกภาพ แม้ทฤษฎีของ Freud จะได้รับการโต้แย้งหลายด้านก็ตาม แต่ก็ยังคงเป็นพลังสำคัญก่อให้เกิดการค้นคว้าหาสาเหตุทางจิตวิทยาสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของมนุษย์

๑.๑ เกี่ยวกับเรื่อง instincts ซึ่งเป็นพลังขับทำให้มนุษย์เกิดความพยายาม และเป็นตัวนำให้เกิดพฤติกรรมทำให้มีอารมณ์รุนแรง อ่อนไหว ตามสิ่งแวดล้อมนั้นทฤษฎีของ Freud เกี่ยวกับ instincts ก็คือการพยายามที่จะลดความเครียดเพื่อให้ไปสู่สภาพความสมดุลย์ เป้าหมายสำคัญเหนือสิ่งอื่นใดก็คือพยายามลดความรุนแรงของ instincys ลง Freud แบ่งประเภทของ instincts เป็น ๒ ประเภท คือ

ก. Life instinct เป็นสิ่งซึ่งป้องกันและอนุรักษ์เผ่าพันธ์ของมนุษย์ Life instinct จะได้แก่ความหิวกระหาย ความ

ต้องการทางกายภาพอื่น ๆ ทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ความต้องการทางเพศก็จัดรวมอยู่ในประเภทนี้ เพราะทำให้เกิดความรู้สึกเป็นสุข และความรู้สึกดังกล่าวจะช่วยลดความตึงเครียดลง ช่วงในระยะพัฒนาการปีแรกของชีวิตมนุษย์ บริเวณที่ไวต่อเรื่องนี้คือบริเวณ ปาก ความพอใจของเด็กจะอยู่ที่การได้ดูดได้อมได้กินสิ่งต่าง ๆ ในช่วงปีสองจะอยู่บริเวณขับถ่าย เป็นศูนย์ทำให้เกิดความพอใจ ระยะนี้เด็กหันความสนใจมาเกี่ยวข้องกับการใช้อวัยวะขับถ่าย และช่วงปีที่ ๓ เด็กจะเริ่มมีความ พอใจที่จะได้ จับต้องเล่น อวัยวะเพศของตน

ข. Death Instincts เป็นผลสะท้อนของหลักการมีชีวิต เมื่อมีขบวนการสร้างเสริม ย่อมมีขบวนการทำลาย Freud นี้เชื่อว่าความต้องการก้าวร้าวมาจาก Death instinct เพราะการที่มนุษย์เรามีพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อที่จะเป็นการทดแทนความต้องการอยากทำลายตนเอง เมื่อ Death instincts มีกำลังเหนือกว่า ทำให้มีความรู้สึกอยากทำลายตนเองและแสดงออกมาในรูป Measechism (เมื่อตัวเองเจ็บปวดแล้วเกิดความสุข) หรือการเก็บกดซึ่งออกมาในรูปความเบื่อหน่าย อารมณ์เศร้า เห็นโลกไม่น่าอยู่ เป็นต้น

๑.๒ เกี่ยวกับเรื่องโครงสร้างทางจิตใจ Freud ได้นำคำ id, igo, superego มา เกี่ยวข้องกับการอธิบายโครงสร้างของจิตมนุษย์ไว้ดังต่อไปนี้ คือ

ก. Id คือสิ่งที่มนุษย์มีติดตัวมาตั้งแต่แรกเกิดเป็นความต้องการที่จะได้รับการตอบสนองในทันที ความไม่ต้องการยอมรับสิ่งทดแทนอื่น ความไม่มีเหตุไม่มีผล หรือความคิดที่ปราศจากเหตุผล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความต้องการของตนเองเป็นใหญ่ เป็นต้น

ข. Ego คือเกณฑ์การตัดสิน เป็นความสามารถแยกแยะระหว่างความเป็นจริงและสิ่งที่คิดฝันขึ้น ความสามารถที่จะเรียบเรียงความคิดออกมาเป็นคำพูด ความสามารถที่จะรับการสนองตอบให้เนิ่นช้าลงไป โดยมีพฤติกรรมในทางที่สังคมยอมรับมากขึ้นความสามารถ ที่จะอยู่ ในสภาพที่เป็น จริงได้แทนที่ จะถูก ควบคุมโดยความต้องการภายใน

ค. Supergo คือคุณค่าด้านคุณธรรม จรรยาบรรณต่าง ๆ ซึ่ง พ่อ แม่ วัฒนธรรม สังคม และบุคคลอื่น ๆ เป็นผู้วางหลักในการยึดถือ เพื่อที่จะคอยดูแลการกระทำว่าสิ่งใดผิดสิ่งใดถูก พยายามควบคุมความต้องการตอบสนองความพอใจของตน โดยทำให้เกิดความสำนึกผิด

ถ้าทั้ง ๓ อย่างขาดความสมดุลย์จะเป็นเหตุให้เกิดสภาพของโรคจิต ถ้า id มีอำนาจมากเกินไปอาจบังคับให้เกิดการกระทำซึ่งขาดความยั้งคิด ไม่มีการวางแผน ถ้า superego พัฒนามากเกินไปทำให้กลายเป็นผู้ที่ต้องการความสมบูรณ์แบบ เห็นว่าตัวเองผิด เก็บกดความรู้สึกกลัวการถูกลงโทษ เคร่งเครียด เป็นต้น

๑.๓ เกี่ยวกับทางด้านพัฒนาการของมนุษย์ Freud ได้ศึกษาพัฒนาการของมนุษย์ในทางจิตวิทยา และแบ่งเป็นระยะ ๆ คือ

ก. Oral Phase ระยะการใช้ปาก อายุของเด็กในระยะนี้นับตั้งแต่คลอดจนถึงระยะ ๑ ปี เด็กจะได้รับความพอใจจากการใช้ปาก คือการได้ดูดกลืนและใช้ปากลักษณะต่าง ๆ เคี้ยวกัด เป็นต้น การกัดเป็นการแสดงความก้าวร้าวของเด็ก การปล่อยให้เด็กทำจนติดเป็นนิสัย มีผลต่อโครงสร้างบุคลิกลักษณะและความต้องการอื่น ๆ เช่น การชอบดูดนิ้ว และการกระทำทางปากอื่น ๆ ซึ่งติดตัวมาจนโตเป็นผู้ใหญ่ ทำให้ดื่ม กิน หรือสูบจัด ความก้าวร้าวทางปากอาจแสดงออกทางลักษณะนิสัยชอบพูดเยาะเย้ย ถากถางนินทา ต่อล้อต่อเถียง การเลี้ยงดูในช่วงนี้ถ้าสนองความต้องการเด็กมากไป อาจทำให้เด็กมีความต้องการพึ่งคนอื่นมากขึ้น

ข. Anal Phase ระยะการใช้ทวารหนักอายุของเด็กจะเริ่มจาก ๒-๓ ปี การได้รับความพอใจจากการได้ขับถ่าย การที่พ่อแม่ยุ่งเกี่ยวกับความสะอาดและควบคุมการขับถ่ายย่อมมีผลต่อบุคลิกภาพของเด็กในตอนโตได้ การอดกลั้นไม่ถ่าย นำไปสู่ความอดกลั้นทางจิตวิทยา ดื้อรั้น เห็นแก่ตัว การบังคับให้ถ่าย ทำให้มีอารมณ์ร้าย ขาดระเบียบ ชอบทำลาย โหดร้าย การขับถ่ายธรรมดาโดยได้รับคำชมเชย สามารถเป็นกำลังใจให้เกิดความคิด สร้างสรรค์มีผลงานในอนาคต

ค. Phallic Phase ระยะหลงเพศ Freud ถือว่าเป็นระยะที่สำคัญมากเป็นครั้งแรกที่เด็กเริ่ม มีแรงขับทางอารมณ์ต่อคนอื่นเด็กเริ่มต้องการความรักและความสนใจ ทางเพศอย่างลางเลือนภายในระยะ ๓-๕ ขวบ เด็กจะต้องการความรักจากเพศตรงข้าม คือบิดาหรือมารดามีความอิจฉาริษยา ปฏิกริยารุนแรงต่อคู่แข่งของตน คือพ่อหรือแม่ซึ่งเรียกว่า Oedipus Complex ซึ่งได้มาจากเรื่องราวโบราณของ Greek ตัวเอกคือ Oedipus ได้ฆ่าพ่อ และแต่งงานกับแม่ของตนเอง โลกความเพ้อฝันของเด็กเกี่ยวกับความอิจฉา ทำให้เด็กมีความเครียดในรูปกลัวจะถูกทำลายอวัยวะเพศ ทำให้เกิด

ความวิตกกังวล เด็กชายจะเกิดความขัดแย้งพยายามเก็บกดอารมณ์ทางเพศของตน โดยพยายามเลียนแบบพ่อความพยายามที่จะเท่าเทียมกับแบบอย่างจากพ่อ ก็คือวิธีที่เด็กได้เรียนรู้แบบลักษณะนิสัยของเพศชาย ถ้าเด็กผิดหวังจากการเลียนแบบหรือขาดแบบอย่างเพศชายที่น่าพอใจ จะทำให้เกิดความรู้สึกขัดแย้งทางเพศได้ และเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคจิตขึ้นได้ในอนาคตส่วนเด็กหญิงก็จะพัฒนาความรู้สึกรักในตัวบิดา และจะเริ่มตระหนักว่าพ่อมีสิ่งซึ่งตัวเด็กไม่มีคือ อวัยวะเพศชาย ความอิจฉาในอวัยวะเพศ (penis envy) เกิดขึ้นในเพศ หญิงทำให้มี ความวิตก กังวล เด็กหญิง พยายาม ทุกทางที่จะสนองความพอใจของตนเป็นเจ้าของบิดาและเลียนแบบมารดา ความผิดหวังหรือความรู้สึกขัดแย้งในใจที่เกิดขึ้น กับเด็กหญิง ในระยะนี้อาจจะมีผลต่อไปในอนาคต คือฟอร์มความรู้สึกทำให้เด็กอิจฉาบทบาทของผู้ชาย และเริ่มสร้างความรู้สึกแข่งขันในเพศตรงข้ามขึ้น เช่นต้องการเข้าดำเนินการทางธุรกิจ หรือกิจการทางการเมืองเป็นต้นความรู้สึกไม่เหมาะสม ความสับสนทางเพศอาจเกิดขึ้นได้จากปัญหา odipus

๔. Latency Phase เป็นระยะก่อนถึงระยะหนุ่มสาว เป็นระยะที่เฉื่อยชาเด็กจะมีความสัมพันธ์กับบุคคลเพศเดียวกัน ไม่ชอบ

เพศตรงข้าม ในระยะนี้เด็กจะเริ่มบทบาททางเพศของตน เด็กชายมีความสนใจตามแบบเพศชาย เด็กหญิงจะเล่นบ้าน ตุ๊กตา และร่วมในบทบาททางเพศหญิงอื่น ๆ

๕. Genital Phase เป็นระยะเข้าสู่วัยรุ่น เด็กเริ่มจะสนใจเพศตรงข้ามและปรับปรุงตนได้เหมาะสมถ้าความขัดแย้งทาง Oedipal ได้ผ่านพ้นไป มีความรู้สึกต้องการจะเกี่ยวข้องกับคนอื่นอย่างจริงจัง พัฒนาการทางวุฒิภาวะในเรื่องความรักเริ่มมีขึ้น พัฒนาการทางจิตวิทยาได้ถึงที่ได้ในระยะนี้ มนุษย์จะผ่านขั้นพัฒนาการเหล่านี้ตามลำดับ ถ้ายังคงติดอยู่ที่ขั้นหนึ่งขั้นใดจะเกิด Fixation คือพฤติกรรมในขั้นจะยืดเยื้อนานเกินปกติธรรมดา ถ้าเด็กมี Fixation ในขั้นอื่นก็จะกั้นไม่ให้ถึงพัฒนาการในระยะสุดท้ายนี้ และอาจเกิดการย้อยกลับไปสู่วัยเด็กอีก (Regression) ทำให้เด็กถอยหนีและขาดวุฒิภาวะ

ทฤษฎีและแนวความคิดของ Freud ดังได้กล่าวมาแล้วนี้ถูกโต้แย้งมากแม้กระทั่งบุคคลซึ่งเป็นลูกศิษย์ของ Freud เองก็ตาม ทั้งนี้เพราะ ว่าบุคคล เหล่านั้น เห็นว่า ทั้งทฤษฎี + แนว ความ คิดของส่วนใหญ่จะหนักไปทาง ด้านเกี่ยวกับเรื่องเพศ แต่อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีและ แนวความคิด เหล่านี้ก็ยัง คงเป็นพลัง สำคัญ ให้เกิด การค้นคว้าสาเหตุทางจิตวิทยาสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของมนุษย์

หนังสืออ้างอิง

Kisker W. George, The Disorganized Personality, Mc Graw Hill Book Go; New York, 1964

Hillgard R. Ernesy, Introduction to Psychology. Harcourt New York, 1969

นักบริหารกับจิตวิทยา

ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

โดยทั่วไปคนส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าจิตวิทยาเกี่ยวข้องกับคนที่มีความผิดปกติทางจิตใจหรือพูดง่าย ๆ ก็คือเกี่ยวกับคนบ้านั้นเอง ซึ่งความเข้าใจเช่นนี้ยังคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงอยู่มาก เพราะจิตวิทยามิได้เจาะจงเฉพาะคนที่ผิดปกติทางจิตเท่านั้น แต่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม หรือการแสดงออกของมนุษย์ ซึ่งแสดงออกในรูปที่เห็นได้และไม่ได้ เป็นต้นว่า การแสดงอากัปกิริยาต่าง ๆ การกินการนอน และการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย ฯลฯ

เมื่อเป็นเช่นนี้ จะเห็นได้ว่า จิตวิทยา จะช่วย ให้เราเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ได้ดีขึ้น และให้ประโยชน์แก่บุคคลทั่วไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่เกี่ยวข้องกับบุคคล หลายประเภทและเป็นจำนวนมากอยู่เสมอ เช่น นักปกครองหรือนักบริหารในระดับต่าง ๆ เป็นต้น จึงเป็นการจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลเหล่านี้ควรจะเข้าใจถึงประโยชน์ และและความหมายของจิตวิทยาให้ถ่องแท้ เพื่อที่จะได้นำจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้ได้อย่างถูกต้องในสถานการณ์จริง เพราะจิตวิทยาสามารถ

ช่วยนักบริหารได้ในหลาย ๆ ด้าน นักบริหารควรคำนึงถึงความจริงข้อนี้ไว้ด้วย ดังนั้นในการบริหารงานต่าง ๆ ถ้าจะให้ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพแล้ว นักบริหารควรคำนึงถึงความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยาไว้เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติดังต่อไปนี้ คือ

ประการที่หนึ่ง ควรจะคำนึงว่าพฤติกรรมทุกอย่างที่แต่ละคนแสดงออกมีสาเหตุให้แสดงออก และการแสดงออกของแต่ละคนในสาเหตุเดียวกันไม่จำเป็นจะต้องเหมือนกัน ดังนั้นเมื่อผู้ใต้การปกครองแสดงการกระทำหนึ่งการกระทำใดออกมา ไม่ว่าจะเป็นการกระทำที่ยอมรับกันหรือไม่ก็ตาม การกระทำที่ผู้นั้นแสดงออกจะต้องมีสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง จูงใจให้บุคคลนั้นแสดงการกระทำดังกล่าว เมื่อทราบความจริงดังนี้แล้ว ถ้ามีผู้ใต้ปกครองคนใดแสดงการกระทำก้าวร้าวหรือการกระทำต่าง ๆ ที่ไม่เป็นที่ยอมรับของคนทั่วไปขึ้นมา นักบริหารก็ควรจะต้องศึกษาหาต้นเหตุที่ทำให้เกิดการกระทำนั้น และหาทางป้องกันแก้ไขเพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์เช่นนั้นขึ้นอีก

ประการที่สอง ควรคำนึงถึงสิ่งจูงใจในการที่จะทำให้งานเกิดประสิทธิภาพ งานใด ๆ ก็ดีถ้าผู้ทำ ๆ โดยมีความหวังสิ่งหนึ่ง

สิ่งใดอยู่ผล ของงาน ก็จะมี ประสิทธิภาพมากกว่า งานที่ผู้กระทำ ๆ ไป โดยไม่มีความหวัง หรือมีสิ่งใดจูงใจให้ทำเลย เป็นต้นว่า การที่นิสิต นักศึกษา ขยันหมั่นเพียร ตั้งใจมาเรียนสม่ำเสมอ ก็เพื่อต้องการให้เรียนจบหลักสูตร รับปริญญาบัตร จากพระหัตถ์พระบาท-สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งการได้รับปริญญาบัตร และรับจากพระหัตถ์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวนั้น เป็นแรงจูงใจที่ทำให้นิสิตหรือนักศึกษาผู้นั้น ตั้งใจเรียนด้วยความมานะพยายาม จนได้รับความสำเร็จ ฉะนั้นในการทำงานใด ๆ ถ้าจะให้บรรลุผลสมความมุ่งหมายก็ควรเน้นให้ผู้กระทำทราบถึงสิ่งจูงใจต่าง ๆ ที่เขาพึงได้รับจากการทำงานนั้น ๆ เป็นต้นว่า การเลื่อนขั้น เลื่อนตำแหน่งการงาน และการขึ้นเงินเดือน ฯลฯ สิ่งเหล่านี้จะเป็นแรงจูงใจให้เขาอุทิศตน ทำงานด้วยความหวังและความตั้งใจ มีกำลังใจที่จะคิดค้นให้งานก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไปด้วย

ประการที่สาม ควรจะคำนึงถึงความจริงที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีความต้องการที่จะให้ผู้อื่นนึกถึง หรือให้ผู้อื่นสนใจตนเมื่อเป็นเช่นนี้ นักบริหารควรให้ความสนใจและพยายามทำความเข้าใจผู้อยู่ใต้บังคับ-บัญชาแต่ละคน ให้เขาเกิดความรู้สึกว่าตนได้รับความสนใจอาจจะเป็นโดยการทักทายไต่ถามความทุกข์สุข เมื่อเวลาพบปะผู้บริหารควร

จำชื่อผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาได้ทุกคน เพราะสิ่งเล็กน้อยเหล่านี้จะทำให้ผู้อยู่ใต้บังคับบัญชามีความรู้สึกว่าตน ได้รับความเอาใจใส่สนใจจากผู้ใหญ่ทำให้เกิดความรู้สึกภูมิใจ มีกำลังใจในการทำงานมากขึ้นถึงแม้จะเหน็ดเหนื่อยเพียงใดก็ตาม

ประการที่สี่ นักบริหารควรจะเป็นทั้งผู้รับฟังและผู้ให้คำแนะนำแก่ลูกน้อง ทั้งในเรื่องที่เกี่ยวกับหน้าที่การงาน และเรื่องส่วนตัว พยายามสร้างความรู้สึกเป็นกันเองให้เกิดขึ้น ขจัดความรู้สึกที่ว่า "เป็นนาย" ให้หมดไป เพราะการทำงานใด ๆ ก็ตาม งานจะดำเนินไปได้ด้วยดีก็ต่อเมื่อผู้บังคับบัญชา และผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาเข้าใจกันดี มีความเห็นอกเห็นใจกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้บังคับบัญชาควรจะทำตัว ให้ลูกน้องเกิด ความรู้สึกสบายใจ ที่จะเข้ามาปรึกษาหารือเกี่ยวกับงานยอม รับฟังความ คิดเห็น ของผู้อื่น ทำให้ผู้อยู่ ใต้บังคับเกิดความรู้สึกว่าตนมีความเข้าใจในผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาทุกคน ขจัดความรู้สึกหรือการกระทำที่จะทำ ให้เกิดการแบ่งแยกกันในระหว่างผู้บริหารและผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาให้หมดสิ้นไป

นอกจากนี้ผู้บริหารควรวางตนให้เป็นที่พึ่งของลูกน้อง สร้างความอบอุ่นใจให้เกิดขึ้น เพราะเป็นธรรมดาที่ผู้น้อยจะต้องยึดผู้บังคับ

บัญชาเป็นหลักพึ่งพิง ฉะนั้นนักบริหารควรจะวางตัวเป็นกลางยามทุกข์ร้อนให้การช่วยเหลืออย่างเต็มที่

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วข้างต้น จะเห็นได้ว่าจิตวิทยากับนักบริหารมักจะคู่กันไป เมื่อใดที่นักบริหารนำจิตวิทยาเข้ามาประยุกต์ใช้ให้ถูกต้องก็จะให้คุณ คือสร้างความเข้าใจอันดีให้เกิดขึ้นในระหว่างผู้บริหาร และผู้อยู่ใต้การปกครอง ฉะนั้นที่ทำงานใดก็ตาม ถ้านักบริหารรู้จักและเข้าใจจิตวิทยา รู้วิธีที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในการบริหารก็จะทำให้ได้รับผลงานที่มีประสิทธิภาพ มีความกลมเกลียวกันกันในระหว่างผู้บริหาร และผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา ขจัดปัญหาเกี่ยวกับความแตกร้าวหรือการแตกแยกให้หมดสิ้นไปได้.

ช่วยแก้ปัญหาวัยรุ่นกันเถอะ

ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

การที่ผู้เขียนเลือกเขียนเรื่อง เกี่ยวกับวัยรุ่น ขึ้นมาก็เนื่องจากว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่สำคัญมากวัยหนึ่ง เป็นวัยที่สร้างความไม่สบายใจให้กับบิดามารดา สร้างความวุ่นวายให้กับครูอาจารย์ สร้างปัญหาต่าง ๆ ให้เกิดขึ้นแก่สังคม และรัฐบาลต้องแบกภาระอันนี้ซึ่งยังแก้ไม่ตก เป็นวัยพิเศษที่มีปัญหามาก เป็นวัยที่ผู้ใหญ่ควรจะได้ให้การเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิด เพราะการแสดงออกของเด็กในวัยนี้จะออกมาในลักษณะรุนแรง เด็กมักจะแสดงอาการก้าวร้าว และสร้างปัญหาต่าง ๆ ให้แก่สังคมเนื่องจากเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรง การตัดสินใจทำสิ่งต่าง ๆ ก็จะทำอย่างรวดเร็ว ขาดความระมัดระวัง ดังตัวอย่างที่เห็นได้ง่ายในปัจจุบัน ไม่ว่าจะหยิบหนังสือพิมพ์ฉบับใดขึ้นมามักจะพบข่าวเกี่ยวกับวัยรุ่นแทบจะทุกฉบับ เป็นต้นว่าวัยรุ่นก่ออาชญากรรม วัยรุ่นยกพวกตีกัน ฆ่ากัน เป็นต้น การที่จะช่วยกันแก้ปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับวัยรุ่นให้หมดไปนั้นตามความคิดเห็นของผู้เขียน คิดว่า ผู้ที่มีส่วนสำคัญที่สุดในการที่จะช่วยแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับวัยรุ่นนี้ ได้แก่

บิดามารดาของเด็กเอง ซึ่งควรจะหาทางช่วยกันป้องกันมิให้เกิดปัญหาขึ้น มิใช่ว่ามาคิดแก้ไขปัญหากันเมื่อปัญหาเกิดขึ้นแล้ว หรืออีกนัยหนึ่ง ควรที่จะกันไว้ดีกว่าแก้

เป็นที่ทราบกันอยู่แล้วว่า วัยรุ่นเป็นตัวปัญหา ดังนั้นควรที่จะมาทำความเข้าใจเกี่ยวกับเด็กในวัยนี้ให้ดีเสียก่อน เพราะเมื่อใดก็ตาม ถ้าเข้าใจเกี่ยวกับตัวปัญหาดีแล้ว ก็อาจจะช่วยกันป้องกันมิให้เกิดปัญหาขึ้นได้

ในระยะวัยรุ่นนี้ แบ่งออกได้เป็นสามระยะด้วยกันคือ หนึ่งระยะเข้าสู่วัยรุ่น สองระยะวัยรุ่นเต็มที่ และสามระยะวัยรุ่นตอนปลาย

ในระยะเข้าสู่วัยรุ่นนี้ สำหรับเด็กไทยอยู่ในระหว่างอายุประมาณ ๓-๑๕ ปี เป็นระยะที่เด็กเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างเต็มที่และการเปลี่ยนแปลงนี้เป็นไปอย่างรวดเร็วจนรู้สึกได้ทั้งในหญิงและชาย นอกจากนี้ ก็มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ อารมณ์ซึ่งเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ในระยะนี้เด็กจะเริ่มก้าวจากการเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ เริ่มมีความรับผิดชอบขึ้น

ระยะที่ ๒ คือระยะวัยรุ่นเต็มที่ในเด็กไทยจะอยู่ในระหว่างอายุประมาณ ๑๖ ปี ถึง ๑๙ ปี ในระยะนี้เป็นระยะที่วัยรุ่นจะต้องประสพ

มรสุมอย่างหนัก เด็กจะต้องรู้จักการปรับตัวตลอดเวลา ซึ่งถ้าเด็กสามารถปรับตัวได้ก็นับว่าเด็กผ่านการต่อสู้ที่สำคัญมาได้ ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ก็มักหนีเตลิดเปิดเปิงไป เด็กในวันนี้จำนวนไม่น้อยที่หนีออกจากบ้านไป และจำนวนไม่น้อยที่ก่ออาชญากรรมหรือสร้างปัญหาให้แก่สังคม ระยะนี้ถือได้ว่าเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต

ระยะที่ ๓ วัยรุ่นตอนปลาย สำหรับเด็กไทยอยู่ในระหว่างอายุ ๒๐-๒๓ ปี ถ้าเด็กผ่านมาถึงขั้นนี้ได้เด็กจะเริ่มรู้สึกสบายใจขึ้น เพราะเริ่มทรงตัวเองได้แล้ว ในวัยนี้ ความรู้สึกหวาดกลัวต่อชีวิตจะเริ่มลดน้อยลง มีความมั่นใจและกล้าที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งจะเกิดขึ้น ทั้งนี้เพราะความเจริญต่าง ๆ ทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจและสมองเริ่มคงที่แน่นอนขึ้น การปรับตัวเริ่มเข้ารูปเข้ารอยขึ้น

หลังจากที่ได้ทราบถึงระยะต่าง ๆ ที่สำคัญของวัยรุ่นแล้วก็ควรที่จะทราบถึงความต้องการโดยทั่ว ๆ ไปของวัยรุ่น เพราะเมื่อไรก็ตามที่เรามีความต้องการและได้รับการสนองตอบความต้องการแล้ว ปัญหาต่าง ๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น ดังนั้นบิดามารดาควรจะทราบถึงความต้องการสำคัญซึ่งเด็กในวัยนี้ต้องการ คือ

ประการแรก ความต้องการอิสระ เด็กในวัยรุ่นมีความต้องการที่จะดิ้นรนแสวงหาความเป็นอิสระ ต้องการยืนหยัดอยู่ด้วยลำแข้งของตนเอง บิดามารดาที่ฉลาด ควรจะรู้จักวิธีการผ่อนปรนให้ลูกได้เป็นตัวของตัวเองในเวลาอันควร เพราะการควบคุมจนเกินเหตุอาจเป็นอันตรายต่อเด็กมากเมื่อเวลาเด็กโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ เด็กจะไม่สามารถทำการใด ๆ ได้ด้วยตนเอง จะต้องขึ้นอยู่กับ ผู้หนึ่งผู้ใดตลอดเวลาในที่สุดก็จะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่สังคมไม่ต้องการ นอกจากนี้ในขณะที่เด็กต้องการอิสระ ต้องการเป็นตัวของตัวเอง แต่บิดามารดาไม่เข้าใจ อาจจะเป็นการยั่วยุให้เด็กทำการที่ผิดคือ เริ่มการโกหกหรือถ้ารุนแรงมาก ๆ เด็กอาจจะหนีเตลิดออกจากบ้านไปก็ได้

ประการที่สอง ความต้องการการยอมรับว่าตนเองโตขึ้นแล้ว เด็กในวัยนี้ไม่ชอบให้บิดามารดากระทำเหมือนตัวเองเป็นเด็กอยู่ แต่ต้องการให้บิดามารดา กระทำต่อตนเอง ในแบบชนิดที่ยอมรับว่าโตขึ้นแล้ว ถ้าผู้ปกครองไม่เข้าใจยังคงปฏิบัติกับแกเหมือนตอนที่แกยังเด็กอยู่ เด็กจะไม่พอใจ ดังนั้นบิดามารดาผู้ซึ่งมีบุตรอยู่ในวัยนี้ควรจะยอมรับว่าลูกของตนเองโตแล้ว เปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิด

เห็นและยอมรับฟังความคิดเห็นนั้น ๆ พร้อมทั้งอธิบายให้ทราบว่า ความคิดเห็นต่าง ๆ ที่เด็กได้เสนอมา อะไรดีหรือไม่ดีอย่างไร และในบางโอกาสควรจะ ปล่อยให้เด็ก ใช้วิจารณญาณ ของตนตัดสินใจในการกระทำการต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง

ประการที่สาม ความต้องการทางเพศ บิดามารดาควรจะยอมรับความจริงเกี่ยวกับข้อนี้ว่าในวัยรุ่นเด็กจะเริ่มมีความต้องการทางเพศ เด็กจะมีความต้องการที่จะมีเพื่อนต่างเพศมากขึ้นพยายามดิ้นรนคบเพื่อนต่างเพศ ถ้าบิดามารดา ไม่ทราบ ถึงความ ต้องการอันนี้พยายามขัดขวางหรือกักขังไม่ยอม ให้ลูกของตนมี โอกาสพบปะสังสรรกับเพื่อนต่างเพศ ก็จะทำให้เด็กอึดอัดเกิดความกดดันขึ้น ซึ่งความกดดันต่าง ๆ ที่เด็กได้รับจากบิดามารดา บวกกับ ความต้องการตามธรรมชาติ จะทำให้เด็กหาทางออกไปในทางที่ผิด ๆ เพื่อสนองความต้องการของร่างกาย ดังนั้น เมื่อทราบถึงความจริงดังกล่าวแล้วบิดามารดาควรที่จะผ่อนปรนเด็กเกี่ยวกับการคบเพื่อนต่างเพศ ยอมให้โดยถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา แต่พยายามให้อยู่ในขอบเขต ให้โอกาสเด็กได้พบปะเพื่อนต่างเพศโดยอยู่ในสายตาของผู้ใหญ่ อาจโดยการ

อนุญาตให้มาสนทนากันที่บ้าน เพื่อเป็นการสนองความต้องการของเด็กไปด้วย เพราะเมื่ออารมณ์เด็กได้รับการสนองอยู่บ้าง และผู้ใหญ่ก็หาทางป้องกันมิให้เกิด "การเลยเถิด" ไปด้วย ปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับเรื่องเพศของเด็กในวัยนี้ก็คงจะลดลงได้

จากการที่ผู้เขียนได้พยายามชี้แจงเกี่ยวกับเรื่องเด็กวัยรุ่นมาพอสมควรแล้ว พอจะสรุปได้ว่าบิดามารดามีส่วนรับผิดชอบเป็นอย่างมากในการช่วยขจัด แบ่งเบา หรือช่วยแก้ไขปัญหาของเด็กในวัยนี้ให้ลดน้อยลงได้

การเข้าใจเด็ก

ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

"เด็กในวันนี้ คือผู้ใหญ่ในวันหน้า" คำพังเพยนี้ทุกคนคงทราบและได้ยินกันอย่างคุ้นหูเพราะมีมานานแล้ว เมื่อได้ยินคำพังเพยนี้และได้พิจารณากันอย่างถ่องแท้ จะเห็นว่าเป็นคำพังเพยที่มีความหมายและมีความสำคัญแฝงอยู่ในตัวเอง เด็กเล็ก ๆ ที่วิ่งเล่น ซน ร้องไห้หรือหัวเราะอยู่ในขณะนี้ ก็คือผู้ที่จะกลายมาเป็นผู้ใหญ่ในวันหน้า ผู้ใหญ่ที่เป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติ เป็นผู้นำหรือเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในด้านต่าง ๆ เป็นต้น เมื่อเป็นเช่นนี้ เราซึ่งเป็นผู้ใหญ่ในเวลานี้ ควรจะต้องคำนึงให้ดีว่า ควรจะช่วยกันอย่างไร จึงจะทำให้เด็กเล็ก ๆ เหล่านี้กลายมาเป็นกำลังที่เข้มแข็ง หรือเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติ

สิ่งแรกที่ควรจะคำนึงถึงก็คือ พยายามที่จะเข้าใจจิตใจเด็ก เข้าใจถึงความต้องการของเด็ก ให้กำลังใจ ความอบอุ่น และช่วยเหลือเมื่อเวลาที่เด็กต้องการความช่วยเหลือ สอนให้เป็นผู้มีเหตุมีผล ยอมรับและกล้าเผชิญกับความจริงทั้งหลายที่เกิดขึ้น

เมื่อทราบถึงความจำเป็นในการที่จะให้การอบรมอย่างถูกต้องแก่เด็กแล้ว ควรดูต่อไปว่าใครที่จะเป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้องรับผิดชอบต่อการเจริญเติบโตของเด็ก หรือต่อการฝึกฝนอบรมนิสัยที่ดีให้กับเด็ก ซึ่งบุคคลเหล่านี้ได้แก่บิดามารดา ญาติผู้ใหญ่ของเด็กเอง ครูอาจารย์ เพื่อน สังคมหรือชุมนุมที่เด็กเกี่ยวข้อง

ดังนั้น เมื่อทราบถึงบุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการอบรมเด็กแล้วก็ควรจะคิดไปถึงหน้าที่ ความรับผิดชอบ และสิ่งสำคัญต่าง ๆ ที่บุคคลนั้น ๆ ควรคำนึงถึงในการที่จะช่วยอบรมเด็กให้เติบโตขึ้นมาเป็นพลเมืองที่ดี หรือเป็นกำลังที่สำคัญของประเทศในอนาคตอันได้แก่

ประการแรก เกี่ยวกับบทบาทของบิดามารดา เนื่องจากบิดามารดามีส่วนสำคัญมาก ในการที่จะสร้างนิสัยที่ดีหรือไม่ดีให้เกิดขึ้นกับเด็กเมื่อเด็กโตขึ้น เพราะเป็นผู้ที่มีความใกล้ชิดสนิทสนม เป็นที่รักนับถือของเด็ก ดังนั้นบิดามารดาควรจะต้องเข้าใจถึงความต้องการ ความรู้สึกของบุตรหลานของตน จะต้องยอมรับและเข้าใจถึงการเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ระยะ ว่าเด็กมีการเปลี่ยนแปลงและมีความต้องการอะไรบ้าง ยอมให้โอกาสเด็กได้แสดงความคิดเห็นเมื่อโตพอสมควร และยอมรับฟังความคิดเห็นนั้น ๆ ถ้า

เป็นความคิดเห็นที่ดีเหมาะสม ในทางตรงข้าม ถ้าเด็กมีความคิดเห็นไปในทางที่ผิด บิดามารดาก็ควรชี้แจงหรืออธิบายให้ทราบว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งไม่ดี ไม่ควรทำ นอกจากนี้ในบางโอกาสควรปล่อยให้เด็กหัดใช้วิจารณญาณตัดสินใจกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง ให้อิสรภาพแก่เด็กในทางที่สมควร สร้างความรู้สึกอบอุ่นให้เกิดขึ้นกับเด็ก ให้เด็กมีความรู้สึกว่าบ้านเป็นสถานที่ให้ความสุข และความปลอดภัย เพื่อเด็กจะได้รักและชอบอยู่บ้าน เมื่อมีปัญหาอะไรเกิดขึ้นจะได้กล้านำมาเล่าปรึกษาบิดามารดาเพื่อจะได้ช่วยกันแก้ไข

ประการที่สอง เกี่ยวกับบทบาทของครูอาจารย์ เมื่อเด็กเริ่มโตขึ้นชีวิตส่วนใหญ่ของเด็กจะเกี่ยวพันกับโรงเรียน เมื่อเด็กมาอยู่โรงเรียน ก็จะใกล้ชิดกับครูดังนั้นครูควรเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เด็กสอนให้เด็กมีความรับผิดชอบ อบรมและอธิบายให้ทราบถึงผลของการมีเพื่อนที่ดีและไม่ดี สร้างให้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา และเป็นนักประชาธิปไตยที่ดีจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ขึ้นภายในโรงเรียน เพื่อดึงให้เด็กหันหรือเบนความสนใจมาอยู่ที่โรงเรียน แทนที่จะไปเที่ยวเตร่หรือจับกลุ่มกันทำสิ่งที่ไม่ดี นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กรู้จักใช้เวลาว่างและยังจะทำให้เด็กทราบถึงการเป็นสมาชิกที่ดีของชุมชนว่าจะต้องทำตนอย่างไรบ้าง

ประการที่สาม เกี่ยวกับบทบาทของสังคม สังคมหรือชุมชนที่เด็กเกี่ยวข้อง ซึ่งมองอย่างผิวเผินจะเห็นว่าไม่ใคร่จะมีบทบาทสำคัญนัก แต่ถ้าพิจารณาให้ดี จะเห็นว่าบรรดาสมาคมหรือชุมนุมต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อตัวเด็กเหมือนกัน เพราะเด็กอาจใช้เป็นที่มาพบปะสังสรรค์ หรือร่วมกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กวัยรุ่น เมื่อเป็นเช่นนี้สมาคม หรือชุมนุมต่าง ๆ ควรร่วมมือกันจัดกิจกรรมที่มีประโยชน์ไว้สำหรับเด็ก ไม่ควรจะยอมให้เด็กใช้สถานที่ในการมั่วสุม หรือนัดพบกันทำการมิดีอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นต้น

นอกจากที่กล่าวมาแล้วผู้ใหญ่ควรจะคำนึงถึงความจริง ที่ว่าในการตัดสินใจทำอะไร ส่วนใหญ่ของการตัดสินใจ มักขึ้นอยู่กับเพื่อนเป็นส่วนใหญ่ เด็กบางคนอาจจะสนใจสิ่งหนึ่ง แต่เพื่อนส่วนมากสนใจอีกสิ่งหนึ่ง เด็กอาจจะหันมาสนใจตามเพื่อนทั้ง ๆ ที่เดิมเด็กไม่เคยสนใจสิ่งนั้นอยู่เลย และถ้าเด็กอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี แนวโน้มที่จะคบเพื่อนที่ดีมีมาก ตรงกันข้ามสภาพแวดล้อมเด็กไม่ดี การที่เด็กจะคบเพื่อนที่นำไปในทางเสื่อมเสียก็มีมาก ดังนั้นสิ่งแวดล้อมหรือสภาพแวดล้อมจะมีผลต่อตัวเด็กมาก เมื่อทราบเช่นนี้ ผู้ซึ่งเป็นบิดามารดา ครูอาจารย์เด็ก ควรจะต้องร่วมมือกันในการป้องกัน

แก้ไขและคอยสังเกตดูเด็กของตน ว่ามีความสนใจ ในสิ่งใด และพยายามจัดให้ตามความต้องการเท่าที่จะทำได้ เพื่อจะได้ช่วยดึงให้เด็กอยู่กับสิ่งที่ตัวเองสนใจ และใช้เวลาอยู่กับสิ่งนั้น ๆ แทน ที่ จะไปขลุกอยู่กับเพื่อนตลอดเวลา

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่า ผู้ใหญ่เป็นผู้ที่มีส่วนรับผิดชอบอย่างมากต่อการที่เด็กจะเติบโตขึ้นมา เป็น พลเมือง ที่ดีหรือเป็นผู้นำที่ดีของประเทศ เมื่อทราบดังนี้ควรที่จะร่วมมือกันสร้างและอบรมเด็ก ๆ ของเรา พยายามทุก ๆ ทางที่จะทำให้ เด็ก เหล่า นี้กลายมาเป็นกำลังที่สำคัญของประเทศชาติ เพื่อจะได้ช่วยกัน พัฒนาชาติให้เจริญยิ่งขึ้นไปในอนาคต

ใจงาม

ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

ผู้หญิงทุกคนรักความสวยความงาม ต้องการที่จะงดงามเป็นที่ต้องตาต้องใจแก่ผู้ได้พบเห็น ความสวยงามนี้บางคนอาจจะนึกถึงแต่ความสวยงามของใบหน้า ซึ่งมีมาตั้งแต่เกิด ถ้าใครมีหน้าตาสวยสดงดงาม ก็นับว่าเป็นโชคดีอย่างมาก เพราะในปัจจุบันนี้ยอมรับกันว่า อันนารีรูปงามเป็นทรัพย์ แต่อาจลืมนึกไปว่า นอกจากความสวยงามของใบหน้าแล้วยังมีความสวยงามอีกประเภทหนึ่ง คือ ความสวยงามที่เกิดจากความสมบูรณ์ของร่างกาย ซึ่งสาเหตุสำคัญมาจากความสมบูรณ์ของจิตใจ คือบุคคลนั้นจะต้องมีจิตใจดีงาม

หญิงใดก็ตามแม้หน้าตาจะสวยงามปานใด ถ้าจิตใจมีแต่ความทุกข์ เศร้าหมอง ก็จะทำให้บุคลิกภาพเสียไป เกิดความห่อเหี่ยวอมทุกข์ กลายเป็นคนหมดความงามไปได้ทั้ง ๆ ที่ตนเป็นคนสวยอยู่แล้ว ตรงกันข้าม ผู้หญิงที่แม้รูปร่างหน้าตาจะไม่สวยสดงดงาม แต่ถ้ามีจิตใจดีแจ่มใส ร่าเริง ก็จะทำให้รับประทานได้นอนหลับ มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงเกิดเลือดฝาดบนใบหน้า แววตาผุดผ่อง เป็นเสน่ห์แก่ผู้ได้พบเห็น

อย่างไรก็ดี แม้จะทราบกันแล้วว่าจิตใจเป็นสาเหตุแห่งความงามได้ การที่จะทำจิตใจให้เบิกบานแจ่มใส หรืออีกนัยหนึ่งสร้างจิตใจที่งามให้เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลานั้นมิใช่ของง่ายเลย แต่ก็ไม่ยากเกินความพยายาม ต้องอาศัยเทคนิคและเข้าใจก่อนว่าที่เรียกว่า ใจงามนั้นงามอย่างไร มีวิธีการที่จะปลูกฝังให้เกิดขึ้นได้โดยวิธีใด ซึ่งผู้เขียนใคร่ขอให้ความเห็นว่า

ประการแรก จะต้องชำระล้างจิตใจให้ปราศจากความทุกข์กังวลต่าง ๆ ขจัดความวิตกกังวล ความขุ่นมัวให้หมดสิ้นไป เพราะเมื่อไรก็ตาม ที่จิตใจเต็มไปด้วยความวิตกกังวลก็จะก่อให้เกิดความหดหู่ขึ้นกลายเป็นคนเจ้าทุกข์อยู่ตลอดเวลา

ประการที่สอง เมื่อขจัดความวิตกกังวล ความเศร้าหมองต่าง ๆ ให้หมดสิ้นไปแล้ว ก็พยายามสร้างเมตตาให้เกิดขึ้น เพราะเมื่อจิตใจเต็มไปด้วยความเมตตา กุศลแห่งความเมตตาจะทำให้อิ่มเอิบไปด้วยความสุข

ประการที่สาม พยายามมองโลกในแง่ดี ทำจิตใจให้เป็นธรรม วางตัวเป็นกลาง อย่าสร้างความรู้สึกอคติให้เกิดขึ้นในจิตใจ เพราะอคติจะเป็นสิ่งที่บดบังไม่ให้ความเป็นธรรมเกิดขึ้น

ประการที่สี่ สำรวมจิตใจให้สงบ ไม่โลภ ไม่หลง จนจิตใจฟุ้งซ่าน เพราะจิตใจที่ฟุ้งซ่านจะก่อให้เกิดความทุกข์ใจขึ้น ซึ่งเป็นเครื่องบั่นทอนสุขภาพจิตที่ดี

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า "ใจงาม" เป็นสิ่งที่สร้างกันได้ และการที่มีใจงามนั้นก็คือ การที่มีสุขภาพจิตสมบูรณ์นั่นเอง เมื่อสุขภาพจิตสมบูรณ์ร่างกายก็จะแข็งแรง มีความสามารถประกอบกิจการงานต่าง ๆ ได้ มีสมองปลอดโปร่ง มีความคิดเฉียบแหลม ทั้งยังจะเป็นการเสริมสร้าง บุคลิกลักษณะ ที่ดีและ ก่อให้ เกิดเสน่ห์ แก่ผู้ ได้พบเห็น ซึ่งสิ่ง นี้แหละ เป็นความงาม ที่แต่ละคน สามารถ หาได้ โดยไม่ ต้องเสียเงินทอง.

การปรามเด็กเกเร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

วัยรุ่นที่มีนิสัยก้าวร้าวมักเป็นเด็กเกเรในสายตาของคนทั่วไป ความก้าวร้าวหรือเกเรของวัยรุ่นนี้มีสาเหตุสำคัญมาจากการขาด อาจจะขาดความรัก ความอบอุ่นจากพ่อแม่ หรือขาดความเข้าอกเข้าใจของผู้ใกล้ชิดเป็นต้น สุดแต่ลักษณะหรือพฤติกรรมที่แสดงออก

การปรามเด็กเกเรที่ไม่ใช่เรื่องง่าย แต่ก็ไม่ยาก ถ้าหากเราเข้าใจและทราบสาเหตุหรือเบื้องหลังพฤติกรรมนั้น ๆ อย่างถ่องแท้และถูกต้อง อนึ่ง เวลาเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ต้องให้เวลาพอสมควร หรือเหตุผลที่ผู้เขียนใช้คำว่า "ปราม" ในหัวข้อเรื่องนี้ แทนที่จะใช้คำว่า "ปราม" ก็เนื่องจากเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลาและวิธีการที่นิ่มนวลนั่นเอง ยากที่จะจัดการเรื่องนี้ให้เห็นผลในเวลารวดเร็ว ฉะนั้นคำว่า "ปราม" จึงเหมาะสมมากกว่า "ปราบ"

การแสดงความก้าวร้าวในที่นี้ ผู้เขียนหมายถึงการกระทำรุนแรง ต่อ บุคคล หรือสิ่ง ที่ มา ทำ ให้ เกิด ความ อึดอัดใจใน ขณะนั้น สาเหตุของการก้าวร้าวที่แท้จริงนี้มิใช่เพิ่งเกิด แต่เกิดขึ้นทีละเล็กน้อย

ทับถมมาเป็นเวลานานโดยผู้ใหญ่ไม่ทันสังเกต กว่าจะทราบว่าบุตรหลานของตนเป็นเด็กก้าวร้าว เกือบจะสายเกินแก้หรือบางรายก็สายเกินแก้ เนื่องจากกลายเป็นเด็กที่มีปัญหาเสียแล้ว

โดยทั่วไปวัยรุ่นนี้ก้าวร้าว จะมาจากครอบครัวที่บิดามารดามิได้เอาใจใส่ดูแลทั่วถึงหรือมาจากครอบครัวที่บิดามารดาทะเลาะเบาะแว้งกันอยู่ตลอดเวลา ครอบครัวที่ยากจน บิดามารดาไม่มีโอกาสได้ใกล้ชิดบุตรธิดาของตน หรือเด็กกำพร้าที่อยู่ในความดูแลของบุคคลอื่น

ลักษณะการแสดงความก้าวร้าวซึ่งวัยรุ่นแสดงออก แยกได้เป็น ๒ ลักษณะด้วยกันคือก้าวร้าวต่อบุคคลอื่นกับก้าวร้าวต่อตนเองลักษณะแรก ทำให้บุคคลอื่นเดือดร้อน เจ็บตัว หรือเจ็บใจพฤติกรรมที่เด็กพวกนี้แสดงออกจะกระทำใน ๒ แบบ คือ ทำกับสิ่งที่มาทำให้ตัวเด็กเองได้รับ ความอึดอัดใจไม่พอใจ หรือได้รับความเจ็บปวด นั้น ๆ โดยตรง และในแบบที่แสดงความก้าวร้าวชนิดทดแทนกรณีนี้วัยรุ่นที่มีความ ก้าวร้าวจะไม่แสดง ความก้าวร้าวต่อสิ่งที่มาทำให้ตัวเด็กอึดอัดใจ แต่กลับไปแสดงการก้าวร้าวกับสิ่งอื่นเป็นการทดแทนตัวอย่างเช่น เมื่อถูกบิดามารดาดุหรือลงโทษ แทนที่จะแสดงความ

ก้าวร้าวตอบบิดามารดา ซึ่งทำไม่ได้ จึงหันไปทำร้ายน้องหรือผู้ที่เด็กกว่าแทน เช่นชกน้องหรือเตะสุนัขแทน ลักษณะที่สองการแสดงความก้าวร้าวที่ชอบทำให้ตนเองได้รับความไม่สบายใจ ทุกข์ทรมานตนเอง ทุบตีตัวเองเป็นต้น

เมื่อทราบถึงลักษณะต่าง ๆ และสาเหตุความก้าวร้าวแล้ว ผู้เขียนใคร่แนะวิธีการแก้ไขหรือปรามการก้าวร้าว หรือการเกเรดังกล่าว ซึ่งคิดว่าจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ปกครองวัยรุ่นทั้งหลายไม่มากก็น้อย

วิธีการแก้ไขแยกได้ ๒ ลักษณะคือ แก้ปัญหาเฉพาะหน้ากับการแก้โดยหวังผลระยะยาว

การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าก็โดยใช้วิธีที่นิยมกันทั่วไป คือวิธีลงโทษ การลงโทษในที่นี้มิได้หมายความถึงการเฆี่ยนตีเสมอไป การลงโทษเด็กก้าวร้าวควรจะหลีกเลี่ยงการใช้วิธีรุนแรงเช่นการเฆี่ยนตีอย่างมาก เพราะจะเป็นการกระตุ้นให้เด็กเกิดความรู้สึกต้องการลงโทษ และเพิ่มความก้าวร้าวยิ่งขึ้นเข้าลักษณะด้านไม้ การลงโทษเด็กก้าวร้าวควรใช้วิธีนิ่มนวล แต่ให้มีผลต่อความรู้สึกของเด็กโดยพยายามดึงเด็กจากสิ่งที่เด็กรัก เป็นต้นว่า สิ่งใดที่เป็นสิ่งที่เด็กรักที่

มีค่าสำหรับเด็ก ก็ลงโทษโดยงดเว้นการให้สิ่งนั้นเสีย นอกจากนี้ อาจลงโทษโดยการให้เด็กกระทำในสิ่งที่เด็กเองไม่ชอบ เป็นต้นว่า ให้อยู่ลำพังคนเดียวโดยไม่ให้ผู้ใดมาสนใจ ฯ ล ฯ

การแก้ไขโดยหวังผลระยะยาว การแก้ไขในลักษณะนี้ก็คือ การชดเชยสิ่งที่เด็กขาด หลังจากทราบสาเหตุของการก้าวร้าวแล้ว เพราะเมื่อเด็กเกิดการขาด และไม่สามารถหาสิ่งมาชดเชยได้ เด็กจะแสดงการก้าวร้าว เกเร เป็นต้นว่า เด็กขาด ความรัก ความสนใจจากทางบ้านเนื่องจากบิดามารดาทอดทิ้ง เด็กไม่สามารถหาสิ่งมาทดแทนความขาดได้ เมื่อไปโรงเรียนก็จะไปแสดงออกทางโรงเรียน โดยการเกเรกลั่นแกล้ง ผู้ที่อ่อนแอกว่า เพื่อเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น เมื่อทราบถึงสาเหตุการแสดงความก้าวร้าวของเด็กแล้ว เราควรชดเชยสิ่งที่เด็กขาด อาจจะเป็นการมอบหมายให้เด็กรับผิดชอบสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้นมา เพื่อให้เด็กเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีค่าและมีผู้สนใจอยู่ และในเวลาเดียวกันก็คอยสอดส่องดูแลอย่างใกล้ชิด แต่ข้อควรระวังคืออย่าให้เด็กรู้สึกว่า เพราะเกเรจึงได้รับความเอาใจใส่ จะมีผลทำให้เด็กซึ่งดีอยู่แล้วอยากเกเรจะได้มีคนเอาใจ

ประเด็นที่ผู้เขียนใคร่จะเน้นคือ

ประการแรกการแก้ไขต้องกระทำควบคู่ไปทั้ง ๒ ข้อ

ประการที่สอง ต้องอาศัยเวลาจะใช้เวลาปราบโดยทันทีทันใดไม่ได้ผล ควรวิธีปรามแทนเพราะความก้าวร้าวของเด็กเป็นพฤติกรรมที่สะสมและต่อเนื่องมานาน จะมาหักร้างโดยทันทีทันใดและให้หมดสิ้นไปนั้นยากมาก จะทำให้เด็กเกิดการต่อต้านเพราะเนื้อแท้ของลักษณะ เด็กประเภทนี้ มีแนวโน้มที่จะ กระทำการต่อ ต้านอย่างรุนแรงต่อทุกสิ่งทุกอย่างที่มาขวางอยู่แล้ว

อย่างไรก็ตามเรื่องนี้เป็นการแก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว ทางที่ถูกต้องควรหาวิธีป้องกันหรือแก้ที่ต้นเหตุคือ วิธีเอาใจใส่เลี้ยงดูตั้งแต่เด็ก โดยใกล้ชิด พยายามสังเกตไม่ให้เด็กเกิดความรู้สึกขาดได้ไม่ใช่ปล่อยให้เกิดขึ้นแล้วมาหาทางแก้ภายหลังซึ่งเป็นการแก้ปลายเหตุ

อารมณ์-พลังของวัยรุ่น

ผศ.ดร. โสภา ชูพิกุลชัย

วัยรุ่น เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นระยะของการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ ในช่วงนี้จึงเต็มไปด้วยปัญหาสารพัด ปัญหาสำคัญคือ การปรับตัว ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญสาเหตุหนึ่งที่ก่อให้เกิดอารมณ์ผันแปรอย่างรุนแรง อาจกล่าวได้ว่าเป็นระยะอันตรายของชีวิตทีเดียว อารมณ์ในที่นี้คลุมถึงความรู้สึกกลัดกลุ้มหรือขัดแย้งในใจที่วัยรุ่นพยายามหาทางออกด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง นั่นเอง ความลำบากใจดังกล่าวนี้ไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะกับตัววัยรุ่นเท่านั้น แต่ยังแผ่คลุมไปถึงบิดา มารดา ครู อาจารย์ ผู้นำประเทศและสังคมด้วย ในระยะการเจริญเติบโตของวัยรุ่นนี้ จะมีการเปลี่ยนแปลงของต่อมต่าง ๆ ภายในร่างกายซึ่งก่อให้เกิดการผันแปรทางด้านอารมณ์ อารมณ์ของวัยรุ่นจะเปลี่ยนแปลงได้อย่างง่ายดาย และสังเกตเห็นได้ชัดเจนมาก อารมณ์สำคัญซึ่งจะปรากฏออกในระยะวัยรุ่นที่ผู้เขียนใคร่จะนำมากล่าวให้บรรดาผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นอันได้แก่ บิดามารดา ที่รักทั้งหลายทราบเพื่อที่จะได้เข้าใจวัยรุ่นได้ดียิ่งขึ้นก็คือ

ประการแรก อารมณ์วิตกกังวลที่เป็นลักษณะหนึ่งของความกลัว แตกต่างจากอารมณ์กลัวในลักษณะที่ว่าเกิดขึ้นโดยไม่มีตัวตนเห็นได้ชัด ในระยะวัยรุ่นความวิตกกังวลจะเข้ามามีบทบาทในจิตใจของเด็กเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะในเรื่องการเรียน การปรากฏกายความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ และความคิดเกี่ยวกับตนเองในด้านต่าง ๆ อย่างไรก็ตาม อารมณ์วิตกกังวลจะแตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมและสังคมของเด็กวัยรุ่น เป็นต้นว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่มีฐานะดี จะมีอารมณ์วิตกกังวลต่างกับเด็กที่พ่อแม่ฐานะทางการเงินไม่ใคร่ดี

ประการที่สอง อารมณ์กลัว อารมณ์กลัวที่เกิดขึ้นในแต่ละวัยของเด็กนี้จะต่างกัน เป็นต้นว่าความกลัวสมัยเด็ก ๆ คือ กลัวผีกลัวสัตว์ประหลาด ในนวนิยายต่าง ๆ จะไม่ปรากฏเมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่น เพราะในระยะวัยรุ่นนี้เด็กจะมีความกลัวสิ่งอื่นเข้ามาแทนที่ เป็นต้นว่ากลัวกับการที่จะเรียนไม่สำเร็จในแต่ละชั้น นอกจากนี้ปัญหาการปรับตัวในการเข้าสมาคมต่าง ๆ ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนต่างเพศ ฯลฯ ก็จะเข้ามามีบทบาทกับชีวิตช่วงนี้ของเด็กมาก ซึ่งเป็นภาวการณ์ที่สร้างความหวาดกลัวให้แก่เด็กวัยรุ่นได้มากมาย

ประการที่สาม อารมณ์โกรธ ตามที่ได้ทราบแล้วว่าวัยรุ่นเป็นระยะที่เด็กมีอารมณ์รุนแรง เด็กในวัยนี้ต้องการความสำเร็จในการกระทำทุก ๆ อย่าง เมื่อการกระทำสิ่งใดของเด็กถูกขัดขวางจากผู้ปกครองหรือมีอุปสรรคเกิดขึ้น ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกคับข้องใจหรืออึดอัดใจ และเป็นชนวนให้เกิดโกรธแค้นอุปสรรค หรือผู้ที่มาขัดความต้องการหรือการกระทำของตน อารมณ์โกรธของเด็กในวัยนี้จะต่างกับในวัยเด็กเพราะ ในวัยเด็กเมื่อ ถูกขัดใจอารมณ์ โกรธ ที่เด็กแสดงก็คือ การร้องไห้ ในกรณีที่เด็กก้าวร้าวก็จะแสดงการรุนแรงคือ ขว้างปา หรือทำลายของ แต่มาในระยะวัยรุ่นอารมณ์โกรธที่เด็กวัยรุ่นแสดงจะต่างออกมาในลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่มากขึ้น มีการถกเถียงกันด้วยคำพูด การแยกตัว จากสิ่งแวดล้อมหรือคนอื่น การขังตัวเองอยู่คนเดียวโดยไม่ยอมพบหน้าผู้ใด การแสดงอารมณ์โกรธของวัยรุ่นแต่ละคนนี้จะต่างกัน ทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมของเด็ก รวมทั้งการอบรมของบิดา มารดา การแสดงอารมณ์โกรธนี้จะค่อย ๆ ลดลงเป็นลำดับเมื่อใกล้สิ้นสุดวัยรุ่น เด็กจะสามารถควบคุมอารมณ์ของตัวเองได้ดียิ่งขึ้น

ประการที่สี่ อารมณ์ อิจฉาริษยานี้ จะมีปรากฏตั้งแต่ ในวัยเด็กเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น อารมณ์อิจฉาริษยาที่เกิดขึ้นนี้จะสืบเนื่องมาจาก

ความต้องการ ที่จะ เด่นใน หมู่ เพื่อน เพศเดียว กัน หรือ เพื่อนต่างเพศ เพราะในระยะนี้เป็นวัยที่เด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกทางเพศรุนแรงขึ้น ดังนั้น ความต้องการที่จะเป็นคนเด่นเพื่อต้องตาต้องใจเพื่อนต่างเพศจึงมีมาก ขึ้น และเป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดอารมณ์อิจฉาริษยาการแสดง ออกของเด็กในวัยนี้เมื่อเกิดอารมณ์อิจฉาริษยาคือ การใช้คำพูดที่ เสียดสี ป้ายความผิดหรือการล้อเลียนผู้อื่นเป็นต้น

ประการที่ห้า อารมณ์รักในระยะวัยรุ่นนี้เด็กจะเบนความรัก ความสนใจซึ่งเดิมมอบให้ กับบิดามารดา ของตน ไปยังบุคคลที่ เด็กยก ย่องหรือที่เด็กรักและคิดว่าจะได้รับความอบอุ่นจากผู้นั้น บิดามารดา บางรายที่ไม่เข้าใจ เด็กวัยรุ่น ดีพอจะเกิด ความเสียใจ และ ผิดหวังบุตร ธิดา ซึ่งอยู่ในวัยรุ่นของตนอย่างยิ่ง บางรายถึงกับหมดหวังในบุตร ธิดาของตน ก่อให้เกิดรอยร้าวขึ้นระหว่างบุตรและบิดามารดา ซึ่ง ถ้าบิดามารดาที่เข้าใจลักษณะนิสัยของวัยรุ่นได้ดี ก็สามารถที่จะปรับ ตัวเองให้เข้าใจลักษณะนิสัยของวัยรุ่นได้ อารมณ์ของเด็กในวัยนี้จะ เต็มไปด้วยความรุนแรง เช่น รักก็รักมาก ผิดหวังก็ผิดหวังมาก เกลียดก็เกลียดมาก เด็กวัยรุ่นจะทุ่มเททุกอย่างให้กับสิ่งที่ตนรักและ บูชา

ประการที่หก อารมณ์อยากรู้อยากเห็น ความอยากรู้อยากเห็นของเด็กวัยรุ่นจะมุ่งสู่ความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศมากขึ้นเป็นต้นว่าการเปลี่ยนแปลยทางเพศที่เกิดขึ้นกับตนเอง ความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างเพศตรงข้าม ดังนั้นการแสดงออกเกี่ยวกับความอยากรู้อยากเห็นซึ่งเด็กกระทำก็คือ การอยากทดลอง การศึกษาจากตำราหรือหนังสือต่าง ๆ การถกปัญหากับเพื่อนฝูง หรือกับผู้ที่ตนไว้วางใจ เป็นต้น

ผู้อ่านคงพอเข้าใจดีแล้วว่า อารมณ์ของวัยรุ่นมีความเป็นมาอย่างไรและมีพลังเพียงใด ถ้าผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นเข้าใจและยอมรับความจริงดังกล่าว ปรับตัวปรับใจ และหาวิธีผ่อนปรนที่แยบยลและนุ่มนวลพอสมควรแล้ว จะช่วยลดปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับวัยรุ่นได้มากทีเดียว.

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง ถนนพหลโยธิน กรุงเทพมหานคร โทร. ๒๗๙๕๐๓๔-๖
ร.ต. บรรณสิทธิ์ สลับแสง ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๒๔